

sale&pepe

SALEPEPE.IT

SETTEMBRE 2020 - € 3,90

DOLCE DI FICHI CON
MERINGA CARAMELLATA
E CREMA ALLA PANNA

pag. 84



Stile Italia Edizioni

**Insalate
piatto unico**
Golose, colorate
e ricche di
spunti sfiziosi

**Alette
di pollo**
Quando un cibo
semplice diventa
gourmand

**Pesce
senza spine**
Bocconcini, tranci
e filetti in versione
creativa

**Dolce come
un fico**
Torte, crostate
e delizie
al cucchiaino

Poste italiane spa - Sped. in A.P. - D.L. 353/03 art.1,
comma 1, DCB Verona - Anno 33 - Mensile - P1(Cont)
€ 7,50 - Lux, Belgio, Francia, MC, Côte d'Azur
€ 8,00 - Svizzera CHF 9,00 - Svizzera C.T. CHF 8,50 -
Germania € 10,00 - USA \$ 15,00



IN EDICOLA IL 25 AGOSTO 2020

Passione



tostapane
PRESIDENT
art. 909110

tescoma®
La passione in cucina.



www.tescoma.it

Numero Verde
800777546

Passione... colazione! Ma anche brunch, pranzo veloce, merenda genuina o cena leggera: un toast è sempre un'ottima idea, farcito in maniera ogni volta diversa. Con il tostapane President prepari le fette di pane tostato, cuoci, riscaldi o scongeli i toast: ha il timer e scatta automaticamente una volta pronti. Il nostro motto è "la passione in cucina" e quando hai gli strumenti giusti, è più facile metterne un pizzico in tutto ciò che fai.

Da sinistra: frittata di pane con cipolle e ravanelli in agrodolce nell'insalata (pagina 41); al mare con gli amici: piacevoli picnic di fine stagione (pagina 22); alette di pollo con bacon in agrodolce (pagina 51).



Sommario

settembre

7 Storie di cucina **Quando l'orto va sotto vetro**

Dall'Irpinia una conserva eccezionale, di origine contadina

10 Tema del mese **Mercato, antico e contemporaneo**

Luogo vitale di scambi, profumi, sapori e preziosi angoli gourmet

22 Living

Picnic al mare

Leccornie pratiche e sfiziose da gustare in spiaggia fino al tramonto

32 Bontà di stagione

Insalate piatto unico

Ricche e colorate. Sono al tempo stesso equilibrate e appetitose

46 Ispirazioni

Il pesce senza spine

Assaporare con gusto e senza sorprese tutto il buono del mare

50 Passioni

Alette di pollo

Croccanti, morbide o speziate. Sono informali e tremendamente irresistibili

60 Jeunes Restaurateurs

Carla Aradelli

Armonia, leggerezza e passione in una cucina che sa di perfezione

66 Luoghi eccellenti

Salina

Un'isola agricola fiera e orgogliosa, anche delle sue prelibatezze

74 Tecniche

Salse al cetriolo

Dalla polpa estiva e succosa condimenti di ispirazione europea

80 Dolce vita

Fichi per dessert

Tutta la dolcezza e l'energia del fine estate in coppe, torte e meringate

92 Semplici piaceri

Pizzette&focaccine

Ghiotte farciture e impasti fragranti conquistano il palato

96 Enoteca

Vini dell'Etna

Paesaggi incantevoli e vigneti antichi regalano etichette di grande carattere

106 Tappe del gusto

L'arte di coltivare patate

La riscoperta di tuberi pregiati e saporiti nati e cresciuti in montagna

112 Ricetta gourmet

Panzanella

Lode al piatto più sobrio e delizioso che ci sia

RUBRICHE

65 Se il cibo cambia la terra

Più sughero meno inquinamento

Buone azioni per vivere meglio

72 Pianeta extravergine

Quale olio su pizza e focaccia

Da provare e valorizzare

79 Food style lovers

Pizza con fiori di zucca

Novità e tendenze su Instagram

104 Made in Italy

Ventricina del Vastese

Conoscere e gustare le eccellenze

116 Utile e dilettevole

Portavivande termico

Storie di oggetti in cucina





HANNO COLLABORATO A QUESTO NUMERO

UMBERTO MONTANO
RISTORATORE, DOCENTE NELLA
SCUOLA ALBERGHIERA, MANAGER,
HA DA SEMPRE UNA VISIONE
IMPRENDITORIALE DEL MONDO
DEL CIBO. NEL 2014 HA IDEATO
IL FORMAT *MERCATO CENTRALE*,
DI CUI È PRESIDENTE, CON SEDI
A FIRENZE, ROMA, TORINO E,
DI PROSSIMA APERTURA, MILANO.
CE NE PARLA A PAGINA 16.

CARLA ARAELLI
FA PARTE DEI JEUNES
RESTAURATEURS DAL 1995.
CON IL MARITO MAURIZIO
(SOMMELIER), GESTISCE IL
RISTORANTE RIVA, VICINO AL
DUECENTESCO CASTELLO DI RIVA
DI PONTE DELL'OLIO (PIACENZA).
LA SUA CUCINA DÀ UN TOCCO
SPECIALE ALLA TRADIZIONE DEL
TERRITORIO. A PAGINA 60.

FRANCESCA ROMANA BARBERINI
FOODWRITER, AUTRICE E
CONDUTTRICE DI PROGRAMMI
ENOGASTRONOMICI, È ALLA
GUIDA DI *CUOCHI E DINTORNI*,
IN ONDA SU ALICE TV. CON IL SUO
LAVORO FA CONOSCERE AL
PUBBLICO LUOGHI E PERSONE
DEL MONDO L'ALIMENTAZIONE.
A PAGINA 66 CI RACCONTA SALINA.

indice delle ricette

SETTEMBRE 2020

Antipasti, pizze, focacce e torte salate

Baciocca con porcini	<u>110</u>
Cake di pollo con porcini, pancetta affumicata e spinacini	<u>16</u>
Ciambella rustica farcita	<u>105</u>
Crostoni con crema di cipolle	<u>29</u>
Focaccia con salvia, limone e capperi	<u>73</u>
Focaccine all'aceto balsamico	<u>94</u>
Focaccine con peperoni e caprino	<u>93</u>
Impanata di maiale	<u>100</u>
Patate ripiene con tuorlo morbido	<u>110</u>
Pizzette alla squacquerone	<u>95</u>
Pizzette con pesto e gamberi	<u>93</u>
Pizzi con zucchine, pomodori e cipolla	<u>95</u>
Rillette di sgombero, chèvre e capperi	<u>29</u>
Rotolo con provola, erbette e olive	<u>29</u>
Tartine di mare al pesto di erbe	<u>29</u>
Torta di zucchine e fiori di zucca con bietole e ricotta	<u>20</u>
Uovo meringato con ricotta, ovuli e piantaggine	<u>62</u>

Primi e piatti unici

Bucatini al nero con seppie, limone e zucchine	<u>102</u>
Gnocchi di patate con i gallinacci	<u>110</u>
Pasta c'è rina	<u>70</u>
Basmati alla curcuma con verdure e pollo	<u>117</u>
Gazpacho in insalata con mazzancolle piccanti e friselle	<u>38</u>
Insalata con frittata di pane, cipolle e ravanelli in agrodolce	<u>41</u>
Insalata di fichi, cuscus, fiordilatte, rucola e nocciole	<u>35</u>
Insalata di fregola con prosciutto arrosto, uva e peperoni	<u>42</u>
Insalata di pollo e riso nero con olive e radicchio	<u>42</u>
Insalata di polpo, pomodori e capperi fritti	<u>42</u>
Insalata di riso fritto con olive, peperoncini dolci, quartiolo e cetrioli	<u>16</u>
Panzanella toscana	<u>114</u>

Secondi

Alette di pollo con bacon in agrodolce	<u>57</u>
Alette di pollo con pomodoro e Vodka	<u>58</u>
Alette di pollo croccanti con patate rosse	<u>57</u>

Alette di pollo gratinate con formaggio ed erbe	<u>58</u>
Alette di pollo speziate con salsa di yogurt	<u>57</u>
Alette di pollo con marinatura alla birra	<u>58</u>
Calamaretti e pomodori verdi	<u>30</u>
Cunigghiu all'agrodolce	<u>70</u>
Dentice con cipolle rosse e capperi al vino dolce	<u>49</u>
Orate al forno con capperi, limone e salsa Buonassisi	<u>76</u>
Pesce spada alla liparese	<u>48</u>
Pinzimonio al forno con spiedini e salsa viennese	<u>76</u>
Pita con polpettine alla greca e Tzatziki	<u>76</u>
Primosale in padella all'aceto e origano con verdure	<u>20</u>
Sardine alla paprica affumicata con pomodori arrosto e cannellini	<u>16</u>
Spiedini di rana pescatrice con salsa all'aglio	<u>47</u>
Totani al limone	<u>47</u>
Tranci di sarago con pomodori profumati al pesto	<u>49</u>

Contorni, verdure, salse e confetture

Insalata di anguria e lamponi	<u>30</u>
'Nsalata i patate	<u>70</u>
Padellata di verdure	<u>99</u>
Salsa Buonassisi	<u>75</u>
Salsa viennese	<u>75</u>
Tzatziki	<u>75</u>

Dessert e bevande

Clafoutis con pesche noce	<u>30</u>
Coppa con crema di ricotta, fichi, pistacchi e sciroppo d'acero	<u>90</u>
Crostata di farro con fichi e crema al lime	<u>89</u>
Dolce di fichi con meringa caramellata e crema alla panna	<u>85</u>
Flan al cioccolato fondente, fichi e zenzero	<u>89</u>
Galette con fichi, biscotti e pinoli	<u>90</u>
Sbriciolata ai frutti di bosco	<u>20</u>
Torta di mandorle, fichi e yogurt	<u>90</u>

Mastri Vernacoli di Cavit

Qualità
trentina,
tradizione
senza tempo



“Scegli Cavit, bevi responsabilmente”

Mastri Vernacoli di Cavit è la linea che racchiude una gamma di vini tutti da scoprire, come il Pinot Grigio, dal profumo intenso e persistente con note tipicamente floreali. Sapore secco, fresco, di grande carattere ed eleganza.

Mastri Vernacoli di Cavit. Maestri della tradizione trentina.


CAVIT
CANTINA VITICOLTORI DEL TRENTINO



40
YEARS

Dal 1980 il tuo aiuto in cucina.



Come dalla nonna

Abbiamo imparato
a impastare le patate con farina,
uova e un pizzico di sale
per offrirti gnocchi morbidi,
gustosi e sani.





C'è la ciambotta e c'è la ciambottella. Non confondetele, sono parenti, ma non uguali. La prima è uno dei piatti più noti della tradizione del nostro Sud, un saporitissimo mix di verdure che varia nella composizione, nel taglio e nella cottura dall'Abruzzo al Molise, dalla Campania alla Calabria, alla Basilicata. La seconda è una conserva che preparano le donne di Grottaminarda, un piccolo paese in provincia di Avellino, solo e soltanto lì. In comune hanno l'origine contadina e le verdure dell'orto.

Pochi ingredienti servono alla ciambottella per acquistare il suo sapore eccezionale: pomodori, preferibilmente lunghi tipo San Marzano, che un tempo venivano raccolti e messi a terra coperti per maturare completamente, basilico, sale, peperoncino e soprattutto un particolare tipo di peperone che cresce solo in loco e regala alla preparazione il *quid* che la rende unica. Piccolo, sferico, 6-8 cm di diametro, di colore verde scuro raggiunge la massima fragranza e la giusta maturazione in questo periodo.

Quando l'orto va sotto vetro

PEPERONI, POMODORI,
BASILICO: COSÌ
LA CIAMBOTTELLA
IRPINA CONDISCE
UNA PASTA SEMPLICE
E VOLUTTUOSA

di Laura Maragliano, ritratto di Gian Marco Folcolini, foto del piatto di Francesca Moscheni, in cucina Claudia Compagni

La tradizione vuole che la sera prima i peperoni vengano tagliati a listarelle non troppo piccole e lasciate al fresco. Alla mattina è il momento dei pomodori, ridotti a spicchi e inseriti nel vaso con la proporzione di due spicchi ogni pezzo di peperone e poi qualche foglia di basilico, sale, peperoncino e così via sino in cima. Una volta chiuso, il barattolo seguirà le sorti della classica conserva di pomodoro, coperto d'acqua in una pentola a bollire a fuoco moderato per 60 minuti.

Il bello, o meglio il buono, viene dopo. Perché il suo matrimonio d'amore è con la pasta (ma nulla vieta nuovi esperimenti con uova e carne). La conserva versata in una padella con olio e aglio andrà cotta per circa mezz'ora e poi voluttuosamente condirà la tipica pasta irpina fatta in casa: i cicatielli. Ossia i cavatelli di semola di grano duro che la tradizione del "fatto a mano" vuole in più versioni: a un dito, a due dita, a tre dita a seconda della tecnica che si usa per *cavare* o *cecare* i vari cilindretti di pasta fresca. I *cecatielli a ciambuttèlla* un tempo erano serviti nella *spasetta*

un grosso piatto posto al centro della tavola, spesso l'unico nelle famiglie contadine, dal quale tutti si servivano. In mancanza dei cavatelli originali vanno bene anche quelli industriali, oppure altra pasta corta, paccheri compresi. In quanto al formaggio, non ne andrebbe aggiunto, ma chi ha provato una spolverata di cacioricotta non si è pentito.

La ciambottella oggi è inserita nell'elenco dei prodotti tradizionali della gastronomia della Regione Campania, ma non si può comprare, non esiste in commercio neppure a Grottaminarda: viene fatta da privati e regalata ad amici. Perciò non rimane che andare sul posto per fare nuove amicizie... disinteressate.

LA CIAMBOTTELLA

FACILISSIMA
PER 2 VASI DA 1/2 LITRO (8 PERSONE)
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 40 MINUTI

- 1 kg di pomodori San Marzano**
- 500 g di peperoni verdi**
- 1 mazzo di basilico**
- peperoncino in scaglie**

1 Lavate i pomodori, spuntateli dalla parte del picciolo e tagliateli in 4 spicchi nel senso della lunghezza. Lavate i peperoni, privateli del picciolo, puliteli internamente e riduceteli a pezzi o a listarelle. Prelevate le foglie del basilico, lavatele e asciugatele.

2 Mettete in una pentola 2 vasi da 1/2 litro con i loro coperchi, copriteli d'acqua a filo, portate a bollore e fate andare a fuoco medio per 10 minuti. Asciugate i vasi con un panno pulito e riempiteli a strati con le verdure, una dozzina di foglie di basilico spezzettate e un po' di peperoncino: dopo ogni strato premete bene con le mani in modo da eliminare più aria possibile.

3 Avvolgete i vasi in canovacci puliti, trasferiteli in una pentola,

copriteli con acqua fredda e sterilizzateli per 1 ora dall'inizio del bollore. Lasciateli raffreddare nella loro acqua: si conservano in dispensa per tutto l'inverno e più. Al momento dell'uso, scaldate abbondante olio in una padella con 2-3 spicchi d'aglio sbucciati, unite la conserva e cuocetela a fiamma bassa per circa 30 minuti. Con 1 vaso di si condisce una pasta per 4 persone.



Più facile che mai da preparare, la ciambottella invasata a crudo è un modo geniale per conservare intatti i sapori estivi in dispensa. Poi basta ripassarla in padella con aglio e olio e il gioco è fatto. In genere la si usa per condire la pasta, ma nulla vieta di utilizzarla per le bruschette, nella frittata o come contorno (tipo ratatouille): in questo caso sfumatela con pochissimo aceto; sta benissimo con i caprini freschi.



TOCCASANA
Teodoro Negro



L'Amaro
delle Langhe

37
erbe

SHOP.TOSO.IT



TOCCASANA
Teodoro Negro

Dall'infuso di
37
erbe
L'Amaro leggero delle Langhe
creato da Teodoro Negro nello
storico Opificio Erbaristico
L'ORIGINALE

@toccasana

Via Statale, 3 - 12054 - Cossano Belbo - CN - Tel. 0141 83789 - info@toso.it

TOSO



Mer

ANTICO E

DA SEMPRE CENTRO
VITALE DELLA CITTÀ,
LE TRADIZIONALI
BANCARELLE
CONVIVONO - E SPESSO
SI INCONTRANO - CON
I NUOVI LUOGHI DELLA
SPESA GOURMAND.
VI SI ACQUISTANO
INGREDIENTI FRESCHI
E SAPORITI: POLLAME,
ORTAGGI, LATTICINI
E TANTO ALTRO...

a cura di Alessandro Gnocchi,
testi di Roberta Schira,
ricette di Antonella Pavanello,
foto di Francesca Moscheni,
styling di Francesca Salvemini



cato

CONTEMPORANEO

Di una promessa mai mantenuta, in Sicilia, si dice che avverrà "quannu e balati ra Vucciria s'asciucanu". Il proverbio ("quando le mattonelle della Vucciria si asciugano") si ispira allo storico mercato di Palermo. Segno che questi luoghi, dove si contaminano sapori, storia e tradizioni sono anche fonte di ispirazione per il sapere popolare. Ma, prima ancora, sono il paradiso dei cinque sensi. La vista si nutre di colori: come in un caleidoscopio stordiscono il viaggiatore. Il naso si inebria di profumi, l'afrore di umani e il cibo diventa effluvio. Il tatto è appagato: si toccano ortaggi, si palpano tessuti e frutta. L'udito ci immerge nelle grida di richiamo degli ambulanti.

Dall'agorà alle grandi opere dell'Ottocento

All'origine di tutto c'è il cibo, bisogno primario che ci spinge fuori casa. L'attività di commercio, lo scambio, è una delle più antiche funzioni dell'attività urbana, rimasta inalterata nel tempo. Per capire il mercato si deve partire dal rapporto tra centro e di periferia. Dal mare venivano in città i pescatori, dall'altopiano pastori e casari. Poi c'erano le donne che in città portavano uova, il fegato delle oche, i bachi da seta, cesti intrecciati, miele, pollame da cortile e così via. E se ne tornavano la sera con tessuti, che diventavano manti preziosi per la dote.

Nell'antichità il mercato trovava generalmente spazio nell'agorà, centro amministrativo, politico e religioso della polis. Ma bastava anche solo un palo, un crocevia, una quercia un poco più ombrosa delle altre per darsi appuntamento tra mercanti. Solo con il tempo si sono aggiunti tettoie, tendoni, strutture prima temporanee e poi fisse. Più tardi, nell'Ottocento, gli architetti francesi hanno progettato imponenti edifici in ferro e vetro, come i padiglioni di Victor Baltard per Les Halles a Parigi.

I mille volti della tradizione italiana

L'Italia, terra in cui città e campagna hanno sempre dialogato tra loro fin dall'epoca comunale, ha moltissimi mercati in cui la storia degli scambi si è sedimentata in una grande varietà di tipologie. Oltre a quelli palermitani come Vucciria, Ballarò o del Capo (vedi intervista a pagina 20), va citato, per esempio, il mercato di Campo de' Fiori a Roma, dove puntarelle arricciate e i carciofi puliti raggiungono l'eccellenza. E poi, Porta Nolana a Napoli, vivace riassunto dello street food partenopeo. Il Mercato di Porta Palazzo a Torino, in parte coperto, è da sempre un vero scenario multietnico: dalla pescheria ai banchi di cianfrusaglie si ascoltano tutte le lingue d'Africa e Asia. Il Mercato Orientale di Genova è arricchito da un angolo food market rinnovato nel 2019. Il Mercato delle Vettovaglie a Livorno, ottocentesco edificio in ferro e vetro lungo il Fosso Reale, ha 200 banchi (molti di marmo) e un settore-pesce tra i maggiori del Tirreno.

Spesa di quartiere e svolta gourmet

Da qualche anno architetti e designer si dedicano ai mercati, riprogettandone angoli, utilizzando spazi per mostre ed eventi: il loro intervento incrementa il valore immobiliare delle zone circostanti. Archea Associati ha firmato il progetto del Mercato Centrale di San Lorenzo a Firenze, utilizzando strutture leggere e smontabili, in modo da trasformare lo spazio in un teatro del gusto. Il format, di cui è presidente Umberto Montano (vedi intervista a pagina 16) si è rivelato un successo: alla stazione Termini di Roma grandi chef (un nome per tutti, Davide Scabin) hanno aperto il loro corner; sempre lì si trovano le pizze di Gabriele Bonci. A Milano aprirà la sede della Stazione Centrale.

Ma le città italiane sono ricche anche di mercati rionali. A Milano sono coperti e in alcuni casi divengono richiamo per gourmet, come in piazza Santa Maria del Suffragio e piazza Wagner. Il mercato di quartiere, cui ha accesso il commerciante di prodotti su piccola scala, fa parte di un ecosistema che aiuta la salvaguardia della biodiversità, l'agricoltura tradizionale, la gastronomia, parte integrante della cultura. E allo stesso tempo rivitalizza le zone cittadine che lo ospitano, come ha sempre fatto nella sua storia.

TORTA DI ZUCCHINE E
FIORI DI ZUCCA CON
BIETOLE E RICOTTA

pag. 20



In tutto il servizio, piatti di Cup&co, tessuti
e grembiule in puro lino di Fratelli Graziano.
Indirizzi a pagina 122

INSALATA DI RISO FRITTO CON
OLIVE, PEPERONCINI DOLCI,
QUARTIROLO E CETRIOLI

pag. 16





CAKE DI POLLO CON PORCINI,
PANCETTA AFFUMICATA
E SPINACINI

pag. 16





Grandi firme, cultura e qualità

UMBERTO MONTANO È PRESIDENTE DEL FORMAT MERCATO CENTRALE, CHE HA SEDI A ROMA (TERMINI), FIRENZE (SAN LORENZO, TORINO (PORTA PALAZZO) E STA PER APRIRE A MILANO (STAZIONE CENTRALE). LA FORMULA PREVEDE L'ARRICCHIMENTO DEL MERCATO TRADIZIONALE CON LA PRESENZA DI GRANDI FIRME E INIZIATIVE LEGATE ALLA CULTURA DEL CIBO.

CHE RISULTATI STATE OTTENENDO?

IL COVID HA MESSO A DURA PROVA L'ASPETTO SOCIALE DEL MERCATO. ROMA È CHIUSO: IL TRAFFICO A TERMINI È MOLTO RIDOTTO E ASPETTIAMO CHE RIPRENDA. FIRENZE INVECE È APERTO. ABBIAMO AVUTO, NEL 2019, OLTRE 3 MILIONI E MEZZO DI VISITATORI, IL DOPPIO CHE GLI UFFIZI. A ROMA UN PO' MENO, SUI 3 MILIONI, MA SEMPRE GRANDI NUMERI.

STATE PUNTANDO ANCHE SULLA QUALITÀ DI PICCOLI IMPRENDITORI.

SÌ, ARTIGIANI COME PANETTIERI, SALUMAI, PESCEVENDOLI, PASTICCERI DI ALTISSIMO LIVELLO. NON POSSONO PERMETTERSI L'AFFITTO DI UNA BOTTEGA IN CENTRO E SCELGONO LA FORMULA DEL MERCATO PER OFFRIRE MERCE DI QUALITÀ, IN UN LUOGO DI SOCIALIZZAZIONE. QUANDO PENSATE DI APRIRE A MILANO? È TUTTO PRONTO, CON GLI ARTIGIANI, LE BOTTEGHE, LE LUCI, I COLORI. MANCA SOLO IL CIBO DA METTERE IN MOSTRA. POTREMMO APRIRE DOMANI MATTINA. SE NON CI SONO PROBLEMI, LO FAREMO IN AUTUNNO.

INSALATA DI RISO FRITTO CON OLIVE, PEPERONCINI DOLCI, QUARTIROLO E CETRIOLI

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 25 MINUTI
COTTURA 15 MINUTI
630 CAL/PORZIONE

250 g di riso a chicco lungo – 1 cetriolo – 4 peperoncini dolci – 70 g di olive verdi denocciolate – 100 g di quartiolo – 30 g di pistacchi sgusciati – 1 ciuffetto di aneto – 20 foglioline di menta – 20 foglioline di basilico – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Trasferite il riso in un colino a maglie fini, lavatelo sotto l'acqua corrente, poi lessatelo in abbondante acqua senza sale scolandolo molto al dente. Stendetelo su una placca per farlo raffreddare e mettetelo in frigo mentre preparate gli altri ingredienti (più sarà freddo e meno olio assorbirà durante la frittura).

2 Pelate il cetriolo e tagliatelo a cubetti. Spezzettate il quartiolo con le mani. Lavate i peperoncini dolci, privateli del picciolo e dei semi e tagliateli a fette sottilissime. Tagliate a pezzetti le olive. Tritate grossolanamente i pistacchi e, separatamente l'aneto. Lavate e asciugate le foglie di menta e di basilico.

3 Scaldate 5-6 cucchiaini d'olio in una larga padella antiaderente; quando è caldissimo unite il riso e saltatelo a fiamma vivace per 2-3 minuti, mescolandolo con una spatola; salate, pepate, rigirato ancora una volta e toglietelo dal fuoco. Versate il riso su una placca e fatelo raffreddare. Quando è a temperatura ambiente trasferitelo in una ciotola e mescolatelo con gli altri ingredienti. Regolate di sale, pepate, completate con le foglie di menta e basilico e servite..

CAKE DI POLLO CON PORCINI, PANCETTA AFFUMICATA E SPINACINI

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 45 MINUTI
670 CAL/PORZIONE

160 g di pollo arrosto senza pelle e ossa – 200 g di funghi porcini già puliti – 100 g di pancetta affumicata a cubetti – 3 uova – 150 g di farina – 1/2 bustina di lievito per pizze e torte salate – 120 g di latte – olio extravergine d'oliva – 50 g di formaggio grattugiato (a scelta, parmigiano reggiano Dop, emmentaler, provolone o groviera) – 50 g di spinacini già lavati – 1 limone non trattato – burro per lo stampo – sale – pepe

1 Imburrate uno stampo rettangolare da plumcake della capacità di 1 l e rivestitelo di carta da forno. Tagliate il pollo a pezzetti non molto grossi. Lavate i porcini, asciugateli con carta da cucina e tagliateli a pezzetti.

2 Scaldate 3 cucchiaini d'olio in una padella antiaderente e fatevi rosolare la pancetta per circa 2 minuti. Togliete quest'ultima dalla padella, tenetela da parte e, nel suo fondo di cottura, fate rosolare i funghi per circa 2 minuti. Salateli, toglieteli dal fuoco e teneteli da parte. Tritate gli spinaci crudi grossolanamente.

3 Sgusciate le uova in una ciotola e mescolatele con 100 ml d'olio e il latte. Incorporate la farina e il lievito e, successivamente, il formaggio grattugiato. Salate, pepate, profumate con la scorza del limone grattugiata, mescolate bene e, quando l'impasto è liscio e omogeneo, aggiungete il pollo, la pancetta, i porcini e gli spinacini. Versate l'impasto nello stampo e infornate a 180° per circa 40 minuti, finché risulterà gonfio e dorato e uno stuzzicadenti inserito all'interno ne uscirà asciutto. Servite il cake a fette, tiepido o a temperatura ambiente, accompagnato, se vi piace, da insalata mista.

SARDINE ALLA PAPRICA AFFUMICATA CON POMODORI ARROSTO E CANNELLINI

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 40 MINUTI
COTTURA 40 MINUTI
510 CAL/PORZIONE

20 sardine – 4 rametti di pomodori Cubello o pizzutelli (circa 16-20 pomodori) – 500 g di fagioli cannellini in scatola – 4 cipollotti rossi – 1 cucchiaino di paprica affumicata – olio extravergine d'oliva – aceto balsamico – 2 cucchiaini rasi di zucchero grezzo di canna – sale – pepe

1 Foderate una teglia con carta da forno. Lavate delicatamente i pomodori possibilmente senza staccarli dai loro rametti e appoggiateli sulla teglia. Spolverizzateli con lo zucchero di canna; conditeli con sale, pepe, un filo d'olio extravergine d'oliva e poche gocce di aceto balsamico e cuocete in forno a 160° per 35 minuti circa, finché risulteranno arrostiti e leggermente caramellati.

2 Nel frattempo, eviscerate le sardine, lavatele, asciugatele bene e allineatele su una teglia foderata con carta da forno. Mescolate la paprica con 4 cucchiaini d'olio e con questa miscela spennellate le sardine su entrambi i lati. Scolate e sciacquate i cannellini. Mondate e affettate i cipollotti; fateli appassire in padella con 4 cucchiaini d'olio per 2 minuti; unite i cannellini, regolate di sale, pepate, lasciateli insaporire per circa 2 minuti e quindi toglieteli dal fuoco.

3 Togliete i pomodori dal forno, azionate il grill e, quando è caldo, fate arrostiti le sardine per 2 minuti su ogni lato. Togliete il pesce dal forno e servitelo con i pomodori arrostiti e i cannellini.

SARDINE ALLA PAPRICA AFFUMICATA
CON POMODORI ARROSTO
E CANNELLINI







SBRICIOLATA AI FRUTTI
DI BOSCO

pag. 20





PP

Tra i mercati di Palermo

GIORNALISTA, AUTORE TV, ENOGASTRONOMO, IL PALERMITANO GAETANO BASILE HA DA POCO PUBBLICATO CON IL FOTOGRAFO ANDREA ARDIZZONE IL VOLUME *FRUGANDO TRA I MERCATI DI PALERMO. UNA FOTO, UNA STORIA* (KALÓS EDIZIONI) **COS'HANNO DI SPECIALE I MERCATI PALERMITANI?** PRIMA DI TUTTO L'ORIGINE: L'IMPRONTA ARABA E BIZANTINA SONO PRESENTI ANCORA OGGI. PENSO, PER ESEMPIO, AI RICHIAMI DEI VENDITORI MODULATI CON VOCI CHE SOMIGLIANO A QUELLE DEI MUEZZIN: PROMETTONO UVA BIONDA COME LE TRECCE DI UNA RAGAZZA, PEPPERONI MORBIDI COME LA CARNE... **DUNQUE, NON SOLO CIBO, MA SI VENDE ANCHE STORIA.** DA "BALLARÒ", IL PIÙ ANTICO CON I SUOI OLTRE MILLE ANNI, FINO A QUELLO DEL "CAPO" E ALLA "VUCCIRIA" LE CULTURE CHE HANNO DOMINATO L'ISOLA SI RICONOSCONO NEL LASCITO DI SAPORI E PROFUMI, UNA SINFONIA UNICA AL MONDO DI AMARO, SALATO, DOLCE E AGRUMATO. **OLTRE A CIÒ, PERCHÉ SI FREQUENTANO QUESTI MERCATI?** PERCHÉ SONO COVENIENTI, SI TROVA MERCE BUONA E SI MANTIENE VIVA LA CITTÀ.

TORTA DI ZUCCHINE E FIORI DI ZUCCA CON BIETOLE E RICOTTA

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 35 MINUTI
610 CAL/PORZIONE

1 zucchini scura – 1 zucchini chiara – 5 fiori di zucca – 250 g di ricotta di pecora – 200 g di bietole – 50 g di parmigiano reggiano Dop grattugiato – 2 uova grandi – 2 cucchiaini di granella di mandorle – 2 cucchiaini di erbe aromatiche miste tritate (prezzemolo, menta basilico, aneto e maggiorana) – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Lavate le zucchine, spuntatele e, con una mandolina, tagliatele per il lungo a fette molto sottili (circa 2 mm). Staccate la corolla dei fiori di zucca e dividetela in 2 o 3 parti. Ungete d'olio una teglia rettangolare di circa 15x30 cm e rivestite il fondo e i bordi con le fette di zucca e i petali dei fiori facendoli fuoriuscire dai bordi.

2 Private le bietole della parte finale dei gambi, lavatele, asciugatele bene e tritatele finemente. In una ciotola, mescolate la ricotta con le uova sgusciate, il parmigiano reggiano, le erbe aromatiche tritate, la granella di mandorle e le bietole tritate; salate, pepate e quindi versate il composto nella teglia.

3 Ripiegate le fette di zucca e i fiori sulla farcia, spennellatele di olio e infornate la torta a 175° per circa 35 minuti, fino a quando la farcia sarà soda e le zucchine inizieranno a prendere colore. Sforatela e servitela tiepida.

PRIMOSALE IN PADELLA ALL'ACETO E ORIGANO CON VERDURE

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 40 MINUTI
COTTURA 40 MINUTI
480 CAL/PORZIONE

500 g di primosale – 1 cipolla rossa di Tropea – 1 grosso peperone rosso – 1 grosso peperone giallo – 2 melanzane piccole – 100 g di pomodorini semiseccchi sott'olio – 2 cucchiaini di capperi sotto sale – 80 g di olive denocciolate sott'olio – 1 mazzetto di origano secco – 15 dl di aceto rosso – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Lavate i peperoni, asciugateli, metteteli su una retina frangifiamma e poi sul fuoco, rigirandoli di tanto in tanto finché non saranno ben abbrustoliti su tutti i lati. Trasferiteli in un sacchetto di carta e lasciateli raffreddare. Nel frattempo, lavate le melanzane, tagliatele a fette di 1,5 cm, grigliatele su una bistecchiera da entrambi i lati e tagliatele a pezzi.

2 Spelate i peperoni, eliminate il picciolo, i semi e i filamenti bianchi interni e tagliateli

a falde. Dissalate i capperi sotto l'acqua corrente. In una ciotola, mescolate le verdure preparate con i capperi, le olive e i pomodorini semiseccchi sgocciolati, condite con olio, sale, pepe, un po' di origano e tenete da parte.

3 Sbucciate e tritate la cipolla. Tagliate il primosale e fette di 1,5 cm. Scaldate un filo d'olio in una padella antiaderente e fatevi appassire la cipolla per 2 minuti. Sfumatela con metà aceto e toglietela dal fuoco. Scaldate un filo d'olio in una larga padella antiaderente e cuocete le fette di primosale a fiamma moderata per 1 minuto su ciascun lato. Unite la cipolla col suo fondo di cottura, sfumate con l'aceto rimasto, condite generosamente con l'origano rimasto e pepe e servitele accompagnate dalle verdure.

SBRICIOLATA AI FRUTTI DI BOSCO

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 40 MINUTI
720 CAL/PORZIONE

500 g di frutti di bosco misti (mirtilli, lamponi, more, ribes, uva spina) – 250 g di farina 00 – 40 g di farina di mandorle – 50 g di zucchero di canna – 1 cucchiaino raso di lievito per dolci – 150 g di burro freddo – 1 uovo – 1 cucchiaino di succo di limone – 3 cucchiaini di Lemon Curd (o marmellata di limoni) – zucchero a velo – 1 pizzico di sale

1 In una ciotola, mescolate la farina 00, la farina di mandorle, lo zucchero, il sale e il lievito; incorporate l'uovo sgusciato, il burro a pezzetti, il succo di limone e lavorate velocemente la pasta fino a formare una palla. Quindi mettetela in frigo mentre preparate la frutta.

2 Lavate delicatamente i frutti di bosco, sgocciolateli e quindi asciugateli con carta da cucina. Staccate il ribes dai rametti soltanto dopo averli lavati.

3 Rivestite con carta da forno bagnata e strizzata una teglia rotonda del diametro di 22 cm; quindi stendetele con le mani 3/4 dell'impasto. Spalmate sulla base il Lemon Curd (o la marmellata di limoni) e coprite con i frutti di bosco. Sbriciolate l'impasto rimasto sulla superficie. Infornate a 180° per 40 minuti, finché la pasta risulterà dorata. Sforate, fate raffreddare la torta, spolverizzatela con zucchero a velo e servitela, se vi piace, accompagnata da una pallina di gelato fiordilatte, alla crema oppure alla vaniglia.



Latte di provenienza
100% italiana
e grande cura
nella lavorazione
della materia prima



scopri tutta la linea in esclusiva da Eurospin



eurospin.it



La Spesa intelligente



1 *picnic* al mare

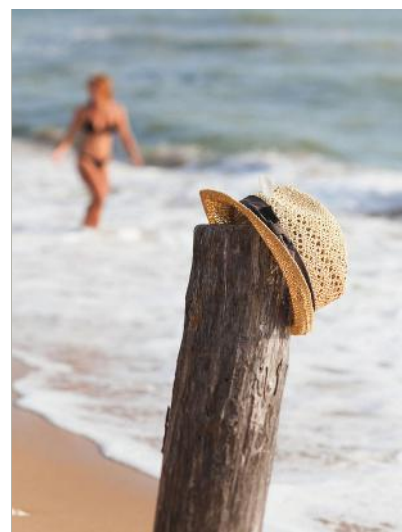
ULTIMI WEEKEND ESTIVI E ANCORA TANTA VOGLIA DI STARE IN SPIAGGIA:
MEGLIO SE CON UN MENU SFIZIOSO E FRESCO, ELEGANTE
MA PRATICO, CHE CI POSSA ACCOMPAGNARE PER L'INTERA GIORNATA

testo di Daniela Falsitta, foto di Lhomme/Sunray Photo e archivio Sale&Pepe, scelta dei vini di Sandro Sangiorgi



TARTINE DI MARE
AL PESTO DI ERBE

pag. 29

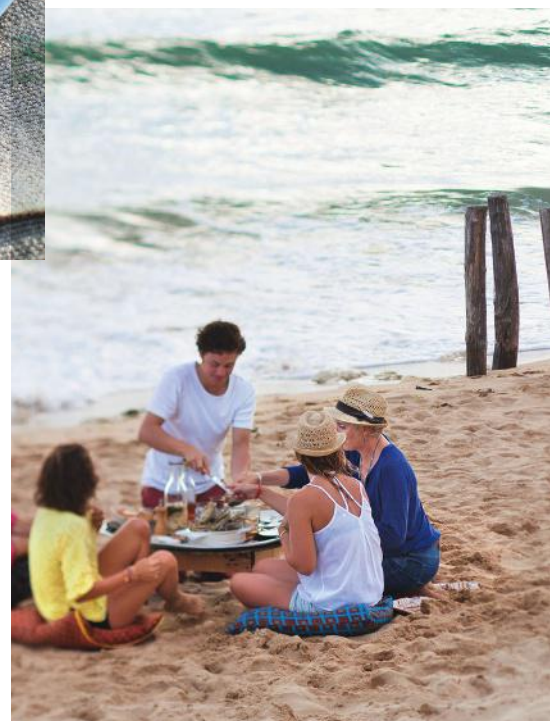


S

arà che l'estate è arrivata più tardi e il mare è rimasto a lungo un sogno ma, ora la stagione sta per finire, il desiderio di trascorrere il tempo tra sabbia e onde è più vivo che mai. Certo, Ferragosto è passato, ma proprio perché l'aria è più

fresca e il sole più gentile adesso ci è permesso stare in spiaggia a qualsiasi ora, goderci i bagni, l'energia della mattina e la quiete del primo pomeriggio, organizzare giochi con gli amici e rigeneranti sieste. Un programma perfetto non potrà fare a meno di un menu studiato ad hoc, e sarà un picnic ovviamente, facile da trasportare, da assemblare e da servire su teli o piccoli tavolini da spiaggia.

segue >





ROTOLO
CON PROVOLA,
ERBETTE E OLIVE

pag. 29



Lo gusteremo seduti su cuscini, stuoie, seggiole pieghevoli, ma non per questo sarà meno appetitoso e interessante di un pranzo organizzato a casa. Sette le portate di cui è composto, anche se il loro ordine di comparizione è piuttosto libero, non rigidamente prefissato come quando al cuoco toccano gli ultimi passaggi in cucina; le sette leccornie sono già pronte nella borsa frigo e si possono proporre ad amici e familiari secondo l'appetito e il desiderio: una per volta e persino tutte insieme, a voi la scelta. Ma veniamo ai protagonisti. Per questa lunga giornata partiamo da una tartina che sa di mare, di aromi e di agrumi: un piccolo e delicato trancio di pesce al vapore contrastato dalla croccantezza del cetriolo e l'asprezza del limone. La tartina si gusta in un solo boccone dopo averla "montata" direttamente in spiaggia, partendo dai singoli ingredienti. Potete servirla insieme a una leccornia di terra come i crostoni con la crema di cipolle dove, a guarnire la dolcezza degli ortaggi caramellati e mescolati con la robiola, è una fettina di prosciutto. Anche questi sono semplici da comporre (basta spalmare la crema e adagiare il prosciutto) e gli ospiti potranno

darvi una mano e prepararsi da sé, dopo che gli avrete mostrato come fare. Ultimo interprete di questo trio in stile "tapas", una rilette di sgombero, chèvre e capperi. Il nome, non molto conosciuto in Italia, fa riferimento a una tipica preparazione francese a base di carne sfilacciata e spalmabile conservata in vasi sottovuoto. La nostra rilette invece è di pesce, ma si presenta e si adopera nello stesso modo sfizioso. *segue >*

MENU

Tartine di mare al pesto di erbe

PREPARATELE LA SERA
PRIMA, IL PESCE VA IN FRIGO
COPERTO CON PELLICOLA.

Crostoni con crema di cipolle

LA CREMA PUÒ ESSERE
GIÀ PRONTA E IN FRIGO
DAL GIORNO PRIMA.

Rilette di sgombero

IN FRIGO SI CONSERVA
PER 3 GIORNI, PREPARATELA
CON LARGO ANTICIPO.

Rotolo con provola ed erbe

SI CONSERVA DAL GIORNO
PRIMA, IN UN TELO.

Calamaretti e pomodori verdi

ACQUISTATE I PESCI
ALL'ULTIMO E CUCINATELI
LA SERA PRIMA; TENETE
IN FRIGO IN UNA
VASCHETTA ERMETICA.

Insalata di anguria e lamponi

LA FRUTTA TAGLIATA
E LA FETA CONDITA SONO
GIÀ IN FRIGO, UNITELE
AL MATTINO.

Clafoutis con pesche noce

SI PUÒ PREPARARE IL
GIORNO PRIMA E TENERE
IN FRESCO. CUOCETELO
AL MATTINO

CALAMARETTI
E POMODORI VERDI

pag. 30



A questo punto si potrebbe pensare a un intermezzo, una partita con le bocce, qualche palleggio con le racchette e, per i più sportivi, una partita di beach volley: su un piccolo tavolino c'è comunque un rotolo alla provola con erbe e olive, che è facile da tenere in una sola mano persino mentre si gioca (lasciatelo a disposizione con dei bei tovaglioli). Vedrete che un po' di movimento metterà in circolo un nuovo appetito e il colore delle prossime portate farà il resto: come resistere a verdi e rossi così intensi? Sia i calamaretti con i pomodori verdi che l'insalata di anguria e lamponi ne hanno in abbondanza

essendo un tripudio di ortaggi e frutta. Si tratta di preparazioni semplici da realizzare, a patto che osserviate alcune regole. La prima infatti richiede molluschi freschissimi e di taglia piccola. In pescheria fate quindi attenzione alla grandezza e al colore dei calamari che dev'essere vivo mentre il profumo è importante che risulti piacevolmente di mare. La cottura va fatta durare pochissimo (altrimenti diventeranno gommosi) e li deve asciugare completamente, quindi tenete la fiamma alta e muoveteli spesso in modo che non brucino. Quanto all'insalata, scegliete una bella anguria saporita e senza semi.

CLAFOUTIS
CON PESCHE NOCE

pag. 30

INSALATA DI ANGURIA
E LAMPONI

pag. 30



Quelle della qualità baby rispondono ai requisiti, feta e pistacchi rendono i bocconi di frutta sapidi, il lime aggiunge asprezza e la fusione di sapori ricorda alcuni piatti orientali. Naturalmente per queste portate non basta un tovagliolo: trattandosi di proposte servite in spiaggia ma raffinate, sono necessari piatti e bicchieri infrangibili, ma non così leggeri da volare via; i servizi da barca in melamina sono pratici e non sfigurano affatto, così come quelli in latta smaltata, che si abbinano bene anche a una posateria classica. L'usa e getta poi, di questi tempi, va proprio evitato anche perché è anti ecologico. Che menu sarebbe infine

senza dessert? Probabilmente ormai si è fatta l'ora del tramonto. È il momento dell'ultimo bagno e di avvolgersi stretti nell'asciugamano. Nessuno però sembra avere veramente voglia di alzarsi e tornare. Tra i motivi di tanta indolenza, c'è il desiderio di una fetta di dolce: il clafoutis con le pesche non è uno dessert qualsiasi. La frutta, prima di andare in forno, è annegata in una morbida pastella e il risultato sa essere straordinariamente leggero, umido e morbido all'interno, ma anche dolce e croccante in superficie grazie al mix di mandorle e zucchero di canna. Insomma, chi avrebbe voglia di alzarsi?



KIMBO GUSTO DI NAPOLI: IL NUOVO CAFFÈ DAL CARATTERE NAPOLETANO.

Dal talento napoletano della tostatura nasce un nuovo gusto straordinariamente corposo, dolce e intenso, con sentori di cioccolato fondente e spezie. È **Kimbo Gusto di Napoli**: la nuova miscela per moka preparata con le migliori origini di Arabica e di Robusta. Per chi vuole scoprire l'essenza del talento napoletano della tostatura.



BUONO
SCONTO € 0,50



Valido per l'acquisto delle confezioni di Kimbo Gusto di Napoli macinato da 250g, 2x250g, 3x250g e 4x250g.

PER IL CONSUMATORE. Per ottenere lo sconto, il buono deve essere presentato alla cassa al momento dell'acquisto del prodotto. Si accetterà un solo buono sconto per l'acquisto di ogni prodotto. Questo buono sconto non è cumulabile con altri buoni emessi da Kimbo. VALIDO FINO AL 31/12/2020.

PER IL RETAILER. Per ottenere il rimborso di questo buono sconto si prega di inviarlo alla Kimbo S.p.A. c/o VALASSIS SRL - c.p. 14250 - via Grosio, 10/8 - 20151, Milano. La Kimbo S.p.A. rimborserà questo buono solo se utilizzato per l'acquisto del prodotto. Ogni altro uso sarà perseguito a norma di legge. Non saranno rimborsati buoni non integri in ogni loro parte o che presentino segni di manomissione o alterazioni. Il rimborso dei buoni potrà essere sospeso ai negozianti i cui acquisti risultino inferiori al numero di buoni presentati.

Questo buono sconto è valido in qualsiasi punto vendita ipermercato e supermercato in Italia.

www.kimbo.it
Seguici su:



KIMBO[®]
il Caffè di Napoli

TARTINE DI MARE AL PESTO DI ERBE

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 5 MINUTI
240 CAL/PORZIONE

250 g di palamita, orata o branzino sfilettati – uno spicchio d'aglio – prezzemolo – menta – erba cipollina – **6 fette di pane in cassetta ai cereali** – un cetriolo – un limone non trattato – **olio extravergine d'oliva** – sale

1 Tagliate i filetti di pesce in 24 piccoli tranci, conditeli con un pizzico di sale e lasciateli riposare per 15 minuti. Sciacquateli sotto l'acqua corrente e cuoceteli al vapore per 5 minuti. Lavate e asciugate una manciata abbondante di prezzemolo, menta ed erba cipollina.

2 Sbucciate l'aglio e sfregatelo nel bicchiere del frullatore a immersione, aggiungete le erbe e 4 cucchiaini d'olio, salate e frullate. Distribuite il pesto ottenuto sul pesce ancora caldo e lasciate raffreddare. Tostate leggermente le fette di pane in cassetta, poi eliminate la crosta e dividete ogni fetta in 4 crostini.

3 Tagliate a fettine sottili il cetriolo e il limone non trattato. Guarnite ogni crostino con una fetta di cetriolo, un pezzetto di pesce al pesto e un triangolino di limone.

CROSTONI CON CREMA DI CIPOLLE

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 20 MINUTI
250 CAL/PORZIONE

4 cipolle bianche nuove – **2 cucchiaini di aceto di vino bianco** – **200 g di robiola** – **100 g di prosciutto crudo a fette (o fettine di roast beef)** – **1 pacchetto di crostini croccanti** – **olio extravergine d'oliva** – sale – pepe

1 Sbucciate e affettate le cipolle, mettetele in padella con mezzo bicchiere d'acqua, 3 cucchiaini

di olio, 2 prese di sale e l'aceto. Cuocete a fuoco medio finché l'acqua sarà evaporata e, continuando a mescolare, fate caramellare le cipolle finché saranno ben dorate. Salate, pepate, lasciate raffreddare e mescolate con la robiola.

2 Al momento di servire, spalmate un po' di crema su una parte dei crostini e completateli con mezza fetta di prosciutto (o di roast beef).

3 Servite la crema rimasta in una ciotola e altri crostini su un piatto.

RILLETTE DI SGOMBRO, CHÈVRE E CAPPERI

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 10 MINUTI
COTTURA 5 MINUTI
320 CAL/PORZIONE

6 piccoli sgombri – **100 g di chèvre fresco** – **50 g di capperi sotto sale** – **1 limone non trattato** – **1/2 cucchiaino di peperoncino in polvere** – **4 cucchiaini di olio extravergine d'oliva** – **pane per accompagnare** – sale

1 Sfilettate gli sgombri o chiedete di farlo al vostro pescivendolo di fiducia e rimuovete tutta la pelle. Dissalate i capperi mettendoli in una ciotola di acqua fredda per 15 minuti e ripetete l'operazione se necessario. Scaldate 2 cucchiaini d'olio d'oliva in una padella antiaderente e soffriggete i filetti di sgombero 2 minuti per lato. Salateli e metteteli da parte.

2 Schiacciate il formaggio chèvre con una forchetta, sgocciolate i capperi e sbriciolate i filetti di sgombero raffreddati. Mescolate la polpa del pesce con il formaggio, il succo di 1/2 limone, l'olio rimasto, i capperi e quasi tutto il peperoncino in polvere.

3 Mettete la preparazione in un barattolo. Ricoprite con il limone rimasto tagliato a fettine sottili, cospargete con il rimanente peperoncino, chiudete e tenete in fresco. Accompagnate con pane a fette.

ROTOLO CON PROVOLA, ERBETTE E OLIVE

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI + RIPOSO
COTTURA 75 MINUTI
890 CAL/PORZIONE

400 g di farina integrale – **600 g di farina tipo 00** – **100 g di pecorino grattugiato** – **800 g di erbette** – **2 spicchi di aglio** – **250 g di provola affumicata a fettine** – **100 g di olive nere di Gaeta** – **100 g di olive verdi** – **8 g di lievito di birra secco** – **olio extravergine d'oliva** – sale

1 Mescolate le due farine sul piano di lavoro, formate un pozzetto al centro, versatevi 6 dl scarsi di acqua tiepida, il lievito di birra e 2 cucchiaini d'olio. Impastate gli ingredienti aggiungendo 2 cucchiaini scarsi di sale e lavorate ancora per qualche minuto incorporando la metà del pecorino grattugiato. Ungete la pasta d'olio, mettetela in una ciotola, copritela con la pellicola per alimenti e fatela lievitare in frigo per una notte.

2 Lavate le erbette e, senza scolarle completamente, saltatele in padella con qualche cucchiaino d'olio e l'aglio sbucciato. Salatele e, quando saranno appassite, alzate la fiamma per far evaporare il liquido di cottura.

3 Stendete la pasta lievitata in una sfoglia rettangolare alta un dito. Distribuitevi sopra le erbette, raffreddate, la provola, il pecorino rimasto, le olive verdi e nere snocciolate lasciando un bordo libero di 2 cm tutto intorno. Arrotolate la pasta sul ripieno, chiudete il rotolo a ciambella e sigillate le estremità.

4 Trasferite il rotolo su una teglia foderata con carta da forno ponendo al centro un bicchiere resistente al calore, spennellate d'olio la superficie della pasta e cuocete in forno già caldo a 200° per un'ora. Servitelo tiepido o freddo.



WHAT IS AVAXHOME?

AVAXHOME-

the biggest Internet portal,
providing you various content:
brand new books, trending movies,
fresh magazines, hot games,
recent software, latest music releases.

Unlimited satisfaction one low price

Cheap constant access to piping hot media

Protect your downloadings from Big brother

Safer, than torrent-trackers

18 years of seamless operation and our users' satisfaction

All languages

Brand new content

One site

AVX LIVE . ICU

AvaxHome - Your End Place

We have everything for all of your needs. Just open <https://avxlive.icu>

CALAMARETTI E POMODORI VERDI

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 15 MINUTI
COTTURA 5 MINUTI
260 CAL/PORZIONE

1,5 kg di piccoli calamari (o piccoli totani) già puliti – 500 g di pomodori di qualità "green zebra" o altri pomodori verdi – 4 spicchi d'aglio – un pezzetto di 3 cm di zenzero fresco – 1 mazzetto di basilico – 2 cucchiaini di aceto balsamico – 1 cucchiaino di salsa di soia – 4 cucchiaini di olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Lavate bene i piccoli calamari e fateli asciugare su un telo. Sbucciate gli spicchi d'aglio, tagliateli a metà, eliminate l'anima verde e affettateli finemente. Sbucciate e grattugiate lo zenzero.

2 Lavate e staccate le foglie del basilico. Lavate e tagliate in 4 i pomodori. In una padella antiaderente fate scaldare 2 cucchiaini d'olio: quando sarà molto caldo unite i calamari, lo zenzero, gli spicchi d'aglio, sale e pepe. Fate cuocere a fuoco vivace mescolando spesso in modo che i molluschi si asciugano ma senza superare i 5 minuti (se dovessero rilasciare troppo liquido, eliminatelo). Spegnete, deglassate con l'aceto balsamico, salate, pepate generosamente e lasciate

raffreddare. Sistemate i piccoli calamari in un contenitore. Conditeli con l'olio rimasto, la salsa di soia, i pomodori e le foglie di basilico, mescolate e servite a temperatura ambiente.

INSALATA DI ANGURIA E LAMPONI

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 10 MINUTI
COTTURA NESSUNA
170 CAL/PORZIONE

1 kg di polpa di anguria – 2 cestini di lamponi – 150 g di feta – una manciata di pistacchi salati – 2 lime – 2 rametti di menta – olio extravergine d'oliva – pepe

1 Spremete i lime, tagliate a dadini la feta e conditela con la metà del succo degli agrumi, un filo d'olio e una macinata di pepe.

2 Pulite la polpa dell'anguria eliminando tutti i semi e tagliatela a cubetti. Sciacquate velocemente i lamponi sotto l'acqua corrente. Sgusciate i pistacchi, tritateli grossolanamente e riuniteli in una ciotola con l'anguria e i lamponi preparati.

3 Conditelo con il succo del lime rimasto e altro pepe. Unite la feta all'insalata di anguria e lamponi e completate con le foglie di menta spezzettate.

CLAFOUTIS CON PESCHE NOCE

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 15 MINUTI
COTTURA 30 MINUTI
550 CAL/PORZIONE

5 pesche noce – 4 dl di panna fresca – 1 dl di latte intero – 4 uova – 100 g di farina 00 – 20 g di farina di mandorle – 100 g di zucchero di canna + quello per guarnire – 80 g di mandorle a scaglie – 40 g di burro – 1 baccello di vaniglia – sale

1 In un pentolino versate il latte e la panna, incidete il baccello di vaniglia al centro, raschiate i semi che vi sono al suo interno e unite tutto al mix. Portate a bollore, spegnete, lasciate raffreddare.

2 Imburrate una pirofila che possa andare in forno. Sgusciate le uova e sbattetele con la frusta unendovi lo zucchero di canna. Aggiungete la farina 00, la farina di mandorle e un pizzico di sale, quindi eliminate il baccello dalla miscela di latte e panna e incorporatela un po' per volta al mix di farine e uova fino a ottenere un composto omogeneo e fluido come una pastella per crêpes ma appena un po' più densa.

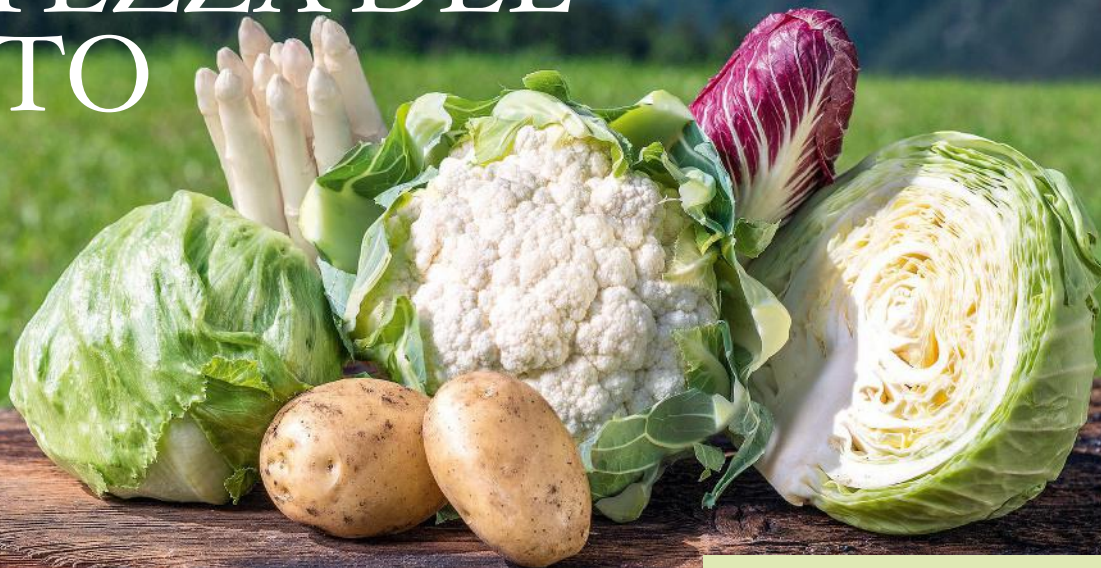
3 Lavate e denocciolate le pesche noce senza sbucciarle. Tagliatele a spicchi di medio spessore. Imburrate un pirofila ovale, versate la pastella sul fondo e sistematevi sopra le pesche. Cospargete la superficie con le mandorle a scaglie e infornate a 180° per 30 minuti o fino a doratura. Lasciate raffreddare prima di cospargere con 2 cucchiaini di zucchero di canna.

BERE GIUSTO *Si potrebbe abbinare un vino a ciascuna specialità di questo vorticoso menu: un calice di Chardonnay sulla crema di cipolle, uno di Soave sui calamaretti, uno di Falerno Rosato sulla ciambella, uno di Verdicchio di Matelica sulle rillettes di sgombro, una coppa di Moscato per il clafoutis, ma sarebbe impegnativo... Scegliamo allora due vini con il perlage: un frizzante rosé per le ricette di terra così da avere un approccio più diretto e concreto (pensiamo a una Bonarda a fermentazione naturale in bottiglia realizzata tra Parma e Piacenza) e uno spumante metodo classico come un Franciacorta Brut dal profilo asciutto, da spendere sugli ingredienti del mare e le salse che li accompagnano.*



Aria, acqua e terreni incontaminati, maturazione naturale e una sola raccolta stagionale: il Marchio di Qualità Alto Adige garantisce verdure di qualità superiore.

VERDURE DELL'ALTO ADIGE: L'ALTEZZA DEL GUSTO



Quando le troviamo in commercio, vale davvero la pena portare in tavola le verdure con il Marchio di Qualità Alto Adige. Sono tante le caratteristiche che le rendono speciali rispetto alle solite verdure. Indubbiamente, il fatto che vengano coltivate ad alta quota all'aperto, dove l'aria è purissima, che vengano irrigate con acque di montagna incontaminate e che i contadini le coltivino nel pieno rispetto dell'ambiente costituisce la grande differenza in termini di qualità. Alla

loro fragranza e bontà concorrono l'escursione termica - caldo di giorno e fresco di sera -, la lenta maturazione in pieno sole e l'unica raccolta stagionale: quella estiva. La loro provenienza da aziende spesso a conduzione familiare dell'Alto Adige, insieme ai continui e ripetuti controlli nel rispetto delle linee guida che ne regolano la coltivazione, assicura che patate, cavolfiore, radicchio rosso, insalata iceberg, cavolo cappuccio, crauti, crauti di rapa e asparagi possano valersi del Marchio di Qualità Alto Adige e avere così un posto speciale sulle nostre tavole.

IL MARCHIO DI QUALITÀ ALTO ADIGE

Il marchio di Qualità Alto Adige identifica la qualità controllata dei prodotti agricoli e alimentari; garantisce insieme alla rigorosa origine altoatesina, un livello qualitativo persino superiore a quello richiesto dagli standard di legge. La conformità ai requisiti di qualità viene regolarmente verificata da enti di controllo indipendenti e accreditati.



Informazioni e tante ricette gustose su: www.prodottitipicialtoadige.com

PICCOLI SEGRETI PER VERDURE AL TOP

Un goccio di latte o di succo di limone nell'acqua di cottura mantiene inalterato il colore bianco del cavolfiore.

Per conservare gli asparagi al meglio, avvolgeteli in un panno umido e riponeteli in frigo nello scomparto delle verdure.

L'aggiunta di un po' di cumino esalterà di più il sapore del cavolo cappuccio.

BONTÀ DI STAGIONE



GOLOSE,
COLORATE, RICCHE
DI INGREDIENTI
SFIZIOSI E SPUNTI
GOURMAND,
SONO VERE
E PROPRIE MAIN
COURSE. GUSTOSE
E COMPLETE

a cura di Cristiana Cassé,
ricette di Livia Sala, foto di Stefania Giorgi,
styling di Sara Farina

INSALATE piatto unico

POLPO, POMODORI
E CAPPERI FRITTI

pag. 42







FICHI, CUSCUS, FIORDILATTE, RUCOLA E NOCCIOLE

FACILISSIMA
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 2 MINUTI
690 CAL/PORZIONE

1 bicchiere di cuscus (misurato in volume) – 4 mozzarelle fiordilatte – 8 fichi – 1 mazzetto di rucola – 100 g di nocciole sgusciate – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Versate il cuscus in una terrina, conditelo con un filo d'olio e mescolate. Riempite d'acqua lo stesso bicchiere che avete utilizzato per misurare il cuscus, versatela

in un pentolino, unite un pizzico di sale e portate a bollore. Versate l'acqua bollente sul cuscus, coprite e lasciatelo gonfiare per qualche minuto. Quando l'acqua sarà assorbita, sgranate il cuscus con una forchetta e lasciatelo scoperto. **2** Tagliate le nocciole a metà e tostatetele in un padellino con un filo di olio, un pizzico di sale e una macinata di pepe. Lavate e asciugate la rucola. Lavate i fichi e tagliateli a metà. Sfilacciate le mozzarelle con le mani. **3** Distribuite nei piatti gli ingredienti preparati e spolverizzateli con il cuscus freddo: condite con olio, sale e una macinata di pepe.



POLLO E RISO NERO CON OLIVE
E RADICCHIO

pag. 42

FREGOLA E PROSCIUTTO
ARROSTO
CON UVA E PEPERONI

pag. 42



**GAZPACHO
IN INSALATA CON
MAZZANCOLLE
PICCANTI E FRISELLE**

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 10 MINUTI
440 CAL/PORZIONE

360 g di code di mazzancolle
– 8 piccole friselle – 4 uova
– 1 peperone giallo – 2 cetrioli
– 8 pomodori sardi – 1 cipolla rossa
– 1 lime non trattato – 1 mazzetto
di finocchietto selvatico – aceto
di mele – olio extravergine d'oliva –
1 peperoncino secco – sale – pepe

1 Rassodate le uova, fatele raffreddare sotto acqua corrente e sgusciatele. Bagnate le friselle con una miscela di 1 bicchiere di acqua, 4 cucchiaini di aceto, sale e pepe. Private le mazzancolle

del carapace e del filo nero sul dorso e fatele insaporire per 10 minuti in un trito di peperoncino, scorza di lime e finocchietto (tenetene da parte un po' per il decoro finale).

Poi scottatele in padella con un filo di olio e un pizzico di sale per pochi istanti; lasciate raffreddare.

2 Lavate e pulite tutte le verdure. Tagliate i pomodori a spicchi e la cipolla a fettine. Private il cetriolo di parte della buccia (a strisce alternate) e tagliatelo a nastri con un pelapatate. Riducete il peperone a striscioline sottilissime (potete usare sempre il pelapatate).

3 Disponete nei piatti le friselle spezzettate, le verdure e le mazzancolle. Sbriciolate le uova con le mani e distribuitele sulle insalate. Condite con olio, sale e ciuffi di finocchietto.





CHI ama il gusto

KIO  **ene**

CHI sceglie di mangiar bene

Da 30 anni portiamo avanti l'idea di un'alimentazione sostenibile per il benessere delle persone e dell'ambiente. **Chi sceglie Kioene** ritrova il piacere di ricette vegetali buone in tutti i sensi.

KIOENE.IT

FRITTATA DI PANE CON CIPOLLE E RAVANELLI IN AGRODOLCE

FACILE

PER 4 PERSONE

PREPARAZIONE 40 MINUTI + RIPOSO

COTTURA 15 MINUTI

530 CAL/PORZIONE

2 fette di pane tipo pugliese
 – 8 uova – 60 g di pecorino
 grattugiato – 100 g di indivia
 riccia – 100 g di songino – 40 g
 di portulaca – 1 mazzo di
 aromi (erba cipollina, basilico,
 maggiorana) – olio extravergine
 d'oliva – sale – pepe
per gli ortaggi in agrodolce
 2 cipolle rosse – 12 ravanelli
 – qualche rametto di timo
 – 1/2 spicchio d'aglio – 200 ml
 di aceto – 100 g di zucchero
 di canna – sale – pepe in grani

1 Il giorno prima, preparate gli ortaggi in agrodolce. Portate a ebollizione l'aceto con 300 ml di acqua, lo zucchero, l'aglio, il timo, 2-3 grani di pepe e 1/2 cucchiaino di sale. Intanto, pulite cipolle e ravanelli, lavateli, asciugateli, tagliateli a spicchietti e metteteli in un barattolo. Unite il liquido bollente, chiudete, lasciate raffreddare e trasferite in frigo per almeno 12 ore.

2 Tagliate il pane a dadini e tostateli in una larga padella antiaderente con un filo d'olio. Sbattete le uova con poco sale, pepe, il pecorino e una generosa manciata di erbe tritate. Versatele nella padella con il pane e cuocete coperto finché il fondo della frittata sarà dorato. Poi giratela con l'aiuto di un piatto e fatela dorare anche sull'altro lato; lasciatela raffreddare.

3 Lavate le insalate (spezzettate l'indivia), radunatele in una grossa ciotola e conditele con olio, sale e pepe. Poi unite la frittata tagliata a cubetti e gli ortaggi in agrodolce ben sgocciolati; mescolate e portate in tavola.





POLPO, POMODORI E CAPPERI FRITTI

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 35 MINUTI + RIPOSO
COTTURA 80 MINUTI
520 CAL/PORZIONE

1 grosso polpo (1,6-1,8 kg) pulito
– 200 g di focaccia – 800 g di pomodori misti colorati
– 100 g di capperi sotto sale
– 2 limoni non trattati – 1 mazzetto di timo – 1 mazzetto di origano fresco – peperoncino
– olio extravergine d'oliva – sale

1 Sciacquate i capperi e lasciateli a bagno per qualche ora in acqua fredda cambiandola spesso. Tuffate il polpo in acqua bollente e cuocetelo per 1 ora. Lasciatelo raffreddare nell'acqua di cottura, poi sgocciolatelo e tagliatelo in grossi pezzi. In un vasetto, shakerate un po' d'olio, il succo e la scorza di 1 limone, peperoncino e poco sale. Condite il polpo con l'emulsione e lasciatelo marinare per mezz'ora. Poi sgocciolatelo e scottatelo su una piastra (o una padella di ferro) ben calda in modo che diventi croccante.
2 Lavate i pomodori, tagliateli a fettine, disponeteli in una grossa ciotola e conditeli con olio, sale, pepe, timo e origano. Strizzate e asciugate i capperi tamponandoli con più fogli di carta da cucina, poi friggeteli per qualche secondo in olio caldo e sgocciolateli su carta assorbente. Tostate la focaccia in forno per qualche minuto.
3 Unite ai pomodori il polpo e i capperi e mescolate. Distribuite nei piatti e completate con la focaccia a listarelle e il limone rimasto a fettine.

POLLO E RISO NERO CON OLIVE E RADICCHIO

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 25 MINUTI + RIPOSO
COTTURA 45 MINUTI
560 CAL/PORZIONE

500 g di petto di pollo – 240 g di riso Venere – 1 cespo di radicchio
– 100 g di olive taggiasche sott'olio denocciolate – 8 pomodori secchi sott'olio – 40 g di peperoni cruschi (cioè croccanti, si acquistano essiccati, anche on line)
– 1 mazzetto di basilico
– 1 cm di radice di zenzero – 1 bacca di ginepro – 1 foglia di alloro
– olio extravergine d'oliva
– sale – pepe

1 Portate a ebollizione 2 litri d'acqua con un pizzico di sale, il ginepro, l'alloro e lo zenzero. Eliminate gli aromi, unite il pollo e lessatelo a fiamma dolcissima per 40 minuti; lasciatelo raffreddare nell'acqua di cottura.
2 Intanto, lessate il riso Venere in acqua bollente salata, scolatelo al dente e raffreddatelo sotto acqua corrente. Versatelo in una terrina e conditelo con un filo d'olio.
3 Lavate il radicchio, tagliatelo a striscioline e aggiungetele al riso. Quindi unite le olive e i pomodori secchi tritati grossolanamente, i peperoni cruschi sbriciolati e infine il pollo sfilacciato con le mani. Regolate di olio e sale, pepate e profumate con il basilico.

FREGOLA E PROSCIUTTO ARROSTO CON UVA E PEPERONI

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 20 MINUTI
570 CAL/PORZIONE

200 g di fregola – 2 peperoni rossi
– 250 g di uva a piacere
– 160 g di prosciutto arrosto (si acquista nelle gastronomie)
– 120 g di stracciatella
– 80 g di pistacchi al naturale
– 1/2 limone non trattato
– 1 mazzetto di maggiorana
– olio extravergine d'oliva
– sale – pepe

1 Lavate i peperoni, privateli del picciolo, puliteli internamente e riduceteli in falde. Quindi abbrustoliteli su una piastra ben calda o sotto il grill del forno; poi tagliateli a striscioline.
2 Lessate la fregola in acqua bollente salata, scolatela al dente e raffreddatela sotto acqua corrente. Sgocciolatela bene, trasferitela in una grande ciotola, conditela con un filo di olio e qualche goccia di succo di limone e mescolate bene.
3 Sciacquate l'uva e tagliate gli acini a metà. In una ciotolina, sminuzzate la stracciatella schiacciandola con una forchetta, poi conditela con 2 cucchiaini di olio, 2 cucchiaini di acqua, un pizzico di scorza di limone grattugiata, un po' di maggiorana tritata, sale e pepe. Aggiungete nella ciotola con la fregola i peperoni, l'uva e il prosciutto a pezzetti. Mescolate e distribuite nei piatti. Unite in ognuno un po' di pistacchi tritati grossolanamente e di salsina di stracciatella.



A pagina 33: piatto, piattino e bricco Francesca Reitano Ceramica.
A pagina 34: piatto e piattino Francesca Reitano Ceramica, bicchiere KnIndustrie, vassoio Ikea.
A pagina 36: piatto Muji, bricco Elisa Castelletta, ciotolina Francesca Reitano Ceramica.
A pagina 37: ciotola, piattino e ciotolina Francesca Reitano Ceramiche.
A pagina 39: bricco Francesca Reitano Ceramica.
A pagina 41: ciotola e ciotolina Francesca Reitano Ceramica.
Indirizzi a pagina 122



Il segreto di una ricetta gourmet.

Foxy Cartapaglia è l'ingrediente indispensabile delle ricette degli chef.

Grazie alla resistenza e all'assorbenza uniche, trasforma ogni fritto in un piatto straordinariamente delicato e leggero.

Per questo è l'asciugatutto scelto da Gambero Rosso.





SALE&PEPE PER ZESPRI

kiwi

DI QUALITÀ SUPERIORE

SONO TRA I FRUTTI PIÙ SALUTARI, MA L'ECCELLENZA SI RAGGIUNGE
QUANDO SONO CONTROLLATE TUTTE LE FASI DELLA FILIERA

Si fa presto a dire kiwi, ma è un tipo di frutto che cambia molto secondo la cura con cui è coltivato. Il leader mondiale per la qualità superiore, Zespri™, ha fatto di questa affermazione la sua mission: offrire i kiwi migliori in ogni periodo dell'anno, attraverso migliaia di coltivatori. In estate arrivano dalla Nuova Zelanda, in inverno dall'Italia.

Comunque sia, ogni frutteto e ogni agricoltore devono entrare nel sistema di qualità completo Zespri™, che sancisce le procedure per una qualità superiore, secondo tutte le norme vigenti e puntando sempre all'innovazione e all'eccellenza.

L'irresistibile gusto di sentirsi bene

Delizioso e ricco di vitamina C e di fibre, il kiwi Zespri porta un'esplosione di gusto e benessere nella dieta di tutta la famiglia. È il modo più piacevole per assicurarsi un ottimo apporto di antiossidanti, potassio e folato, la sostanza essenziale per lo sviluppo cellulare. Provali nelle due varianti.

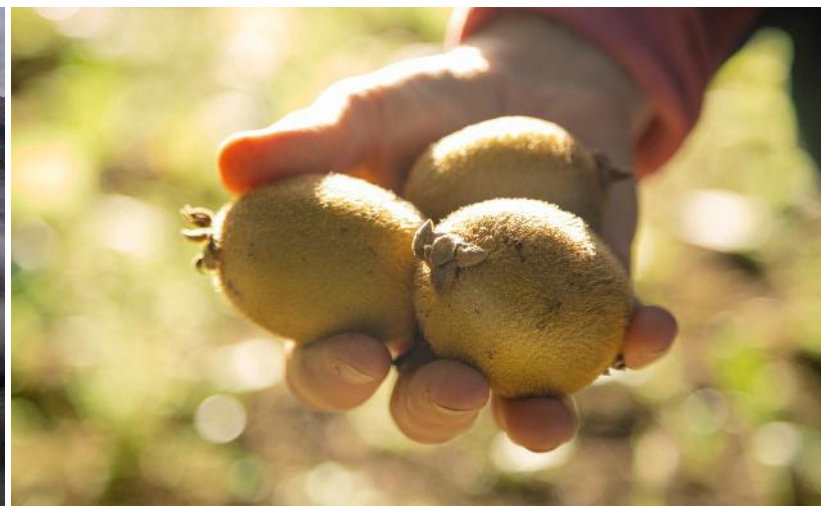
Zespri Sungold. Con la sua polpa dorata, è fonte di vitamina C e di vitamina E, alleata della giovinezza. Soddisfa il desiderio di dolce con poche calorie e basso indice glicemico (< 55).

Zespri Green. Il classico dalla polpa verde brillante, ha un importante contenuto di fibre, tre volte superiore a quella di un gambo di sedano.



Una sorpresa in cucina

Aromatico e succoso, il kiwi ha un gusto versatile che si presta ad arricchire ricette dolci (dai pancakes alla classica crostata con crema), ma anche salate. Ecco due spunti. **Per accompagnare la carne bianca o i gamberi:** prepara una salsa frullando kiwi, olio evo, sale e pepe. **Per un piatto unico estivo:** farro in insalata con fagiolini, menta, pecorino e fettine di kiwi.



IL SISTEMA QUALITÀ ZESPRI KIWIFRUIT. COINVOLGE OGNI FASE DEL PROCESSO PRODUTTIVO DELLA FILIERA ED È CONDIVISO CON TUTTI I FORNITORI DAL 1997.



il pesce SENZA SPINE

**BOCCONCINI,
TRINCI E FILETTI
DALLA POLPA MORBIDA
E SAPORITA SONO
PROTAGONISTI
DI SECONDI DI MARE
VELOCI E APPETITOSI**

a cura di Silvia Tatozzi



TOTANI AL LIMONE

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 15 MINUTI
200 CAL/PORZIONE

600 g di totani già puliti – 2 spicchi di aglio – 2 foglie di alloro – 1 limone di Amalfi non trattato – 8 pomodori datterini – 1/2 bicchiere di vino bianco secco – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Sciacquate i totani sotto acqua corrente, sgocciolateli e asciugateli bene tamponandoli con carta assorbente da cucina. Sbucciate gli spicchi d'aglio e fateli rosolare in una padella dal fondo spesso con 4 cucchiaini di olio e le foglie di alloro. Unite poi i totani e fateli cuocere a fuoco vivace girandoli su tutti i lati con una pinza. Bagnate con il vino bianco e fate evaporare.

2 Lavate i pomodori, tagliateli a metà, in senso verticale, e aggiungeteli nella padella con un pizzico di sale, una macinata di pepe e 1/2 limone lavato e tagliato a fette. Proseguite la cottura ancora per 10 minuti, aggiungendo un mestolino di acqua se necessario.

3 Verso fine cottura spolverizzate i totani con la scorza grattugiata e il succo del 1/2 limone rimasto e serviteli con il condimento preparato.

SPIEDINI DI RANA PESCATRICE CON SALSINA ALL'AGLIO

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 20 MINUTI
290 CAL/PORZIONE

800 g di trancetti di rana pescatrice – 8 peperoncini dolci – 2 spicchi di aglio – 1 cucchiaino di pangrattato – 2 cucchiaini di pinoli – 1 ciuffo di prezzemolo – 2 ciuffi di maggiorana

– 1 mestolo di brodo vegetale – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Lavate i peperoncini, tagliateli a metà, in senso verticale, e disponeteli su 4 lunghi spiedini di legno alternandoli ai trancetti di pescatrice; regolate di sale e profumate con le foglioline di maggiorana.

2 Sbucciate gli spicchi d'aglio, tagliateli a fettine e fatele rosolare in una padella antiaderente con 4 cucchiaini

di olio; poi togliete l'aglio e tenetelo da parte. Nella stessa padella fate tostare leggermente i pinoli, scolateli e frullateli nel mixer (o pestateli in un piccolo mortaio) con l'aglio, il pangrattato, il prezzemolo, sale e pepe, unendo a filo il brodo vegetale in modo da ottenere una salsina cremosa.

3 Cuocete gli spiedini nella stessa padella per 15 minuti, facendoli dorare su tutti i lati e serviteli con la salsina all'aglio.



INTERVISTA

La parola all'esperto

ALBERTO VALENTINI GELMETTI (NELLA FOTO) INSIEME AL PADRE ANGELO CONTINUA LA TRADIZIONE DELLA STORICA PESCHERIA GELMETTI DI MILANO (GELMETTIMILANO.COM), CHE DAL 1952 VENDE PESCE DI QUALITÀ. ACCANTO È NATA ANCHE UNA RAFFINATA GASTRONOMIA CON PIATTI DI PESCE DA CONSUMARE IN LOCO O DA ASPORTO.

QUALI SONO LE REGOLE PER UN ACQUISTO SICURO?

IL PERICOLO MAGGIORE SONO LE CONTRAFFAZIONI: PESCE SMERIGLIO VENDUTO COME SPADA O PERSICO AFRICANO SPACCIATO PER FILETTO DI CERNIA. È FONDAMENTALE LEGGERE LE INDICAZIONI CHE IL NEGOZIANTE, PER LEGGE, È OBBLIGATO A ESPORRE CON IL NOME DELLA SPECIE, IL METODO DI PRODUZIONE (ALLEVATO O PESCATO IN MARE APERTO) E LA ZONA DI PROVENIENZA. ANCHE IL LIVELLO DI SALINITÀ DEL MARE INCIDE SULLA QUALITÀ DEL PESCE. IO CONSIGLIO DI PREDILIGERE LE SPECIE NOSTRANE: I TOTANI E I CALAMARI DEL MEDITERRANEO, PER ESEMPIO, SONO MOLTO PIÙ SAPORITI RISPETTO A QUELLI DELL'ATLANTICO.

E PER IL PESCE IN TRANCIO O A FILETTI?

L'IDEALE È SCEGLIERE SEMPRE IL PESCE INTERO E FARSELO TAGLIARE AL MOMENTO DAL PESCIVENDOLO (CHIEDENDOGLI DI ELIMINARE ANCHE LE LISCHE) E CONSUMARLO IL PRIMA POSSIBILE.



PESCE SPADA ALLA LIPARESE

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 25 MINUTI
COTTURA 20 MINUTI
280 CAL/PORZIONE

800 g di pesce spada a fette spesse circa 2 cm – 1 cipolla bianca – 1 cuore di sedano – 1 spicchio di aglio – 1 ciuffo di prezzemolo – 600 ml di brodo vegetale – 200 g

di fagiolini – 40 g di pecorino romano – 1 limone – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Sbucciate la cipolla e tagliatela a dadini, tagliate a fettine il cuore di sedano con le foglie, spuntate e tagliate a tocchetti i fagiolini, sbucciate l'aglio. Riunite tutti gli ingredienti in un'ampia casseruola dai bordi alti, aggiungete prezzemolo e brodo e cuocete 10 minuti dall'ebollizione.

2 Eliminare la pelle dalle fette di spada con un coltello affilato, sciacquatele sotto acqua corrente, immergetele nell'acqua aromatica e fatele cuocere a fuoco vivace per 5-6 minuti.
3 Distribuite il pesce nei piatti con il suo sughetto, irrorate con il succo del limone e completate con pepe, sale, un filo d'olio e il pecorino in scaglie. Servite, a piacere, con fette di pane tostato.

DENTICE CON CIPOLLE ROSSE E CAPPERI AL VINO DOLCE

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 15 MINUTI
290 CAL/PORZIONE

6 filetti di dentice senza pelle da circa 150 g l'uno – 1 cipolla rossa di Tropea – 100 g di capperi sotto sale – 1 bicchierino di vino passito – 3 cucchiaini di aceto di vino bianco – 1 ciuffo di menta + 1 di basilico – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Lavate i capperi, lasciateli in una ciotola con acqua fredda per 10 minuti, cambiandola 2 volte. Sciacquate i filetti di dentice e asciugateli con carta da cucina.
2 Sbucciate la cipolla, tagliatela a fettine e fatele rosolare in padella con 2 cucchiaini di olio. Unite i capperi sgocciolati e strizzati, bagnate con l'aceto e il vino passito e fate cuocere ancora per 5 minuti; regolate di sale e lasciate raffreddare.
3 Scaldate una piastra antiaderente. Spennellate leggermente d'olio i tranci di dentice e cuoceteli sulla piastra 2 minuti per lato fino a farli dorare. Regolate di sale e pepate. Distribuite il pesce nei piatti individuali, aggiungete il mix di capperi e cipolla, completate con una manciata di foglie di menta e di basilico fresche e servite.



TRINCI DI SARAGO CON POMODORI PROFUMATI AL PESTO

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 15 MINUTI
COTTURA 10 MINUTI
340 CAL/PORZIONE

1 sarago da 1 kg tagliato in tranci – 2 pomodori cuore di bue maturi – 2 acciughe sott'olio – 4 cucchiaini di pesto ligure – olio extravergine d'oliva – sale Maldon in fiocchi

1 Lavate i pomodori e tagliateli a dadini. Scaldate 2 cucchiaini d'olio in una padella antiaderente, unite le acciughe e, dopo 1 minuto, aggiungete i dadini di pomodoro; fateli saltare nel condimento un paio di minuti, poi spegnete il fuoco e aggiungete il pesto.
2 Spennellate d'olio i tranci di pesce e cuoceteli su una piastra ben calda 2 minuti per lato. Distribuite i tranci nei piatti individuali con i pomodori e completate con il sale in fiocchi.

alette

DI POLLO

PICCOLE MA POLPOSE,
SI POSSONO MARINARE,
FRIGGERE, GRATINARE,
DANDO LORO CROSTICINE
SAPORITE CHE, INSIEME
A SALSE E CONTORNI
SFIZIOSI, SEDUCONO
A OGNI BOCCONE

a cura di Daniela Falsitta
ricette di Claudia Campagni
foto di Laura Spinelli
styling di Stefania Aledi

SPEZiate CON SALSA
ALLO YOGURT

pag. 57



CON BACON
IN AGRODOLCE

pag. 57



CROCCANTI
CON PATATE ROSSE

pag. 57



CON POMODORO E VODKA

pag. 58



GRATINATE CON
FORMAGGIO ED ERBE

pag. 58





CON MARINATURA
ALLA BIRRA

pag. 58

FABER
AIR MATTERS

**“CON GALILEO
POSSO ESPRIMERE
TUTTA LA FORZA
DI UN’IDEA.”**

Andrea Mainardi, chef

Libera la tua creatività
in cucina con **Galileo**, il rivoluzionario **piano cottura
con cappa integrata**. Il più efficace, per la sua grande potenza
di aspirazione. Il più efficiente, l'unico in Classe energetica A+++.

SPEZIATE CON SALS DI YOGURT

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 25 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 50 MINUTI
390 CAL/PORZIONE

800 g di ali di pollo – 1 cucchiaino colmo di paprica dolce – 1 cucchiaino scarso di senape in polvere – 1/2 cucchiaino di peperoncino in polvere – 1 rametto di origano secco – 1 cucchiaino di timo secco – 150 g di yogurt greco – 1 cetriolo – 4 rametti di timo fresco – 2 spicchi d'aglio – 1 cespo di insalata romana – 1 cucchiaino di capperi sotto sale – olio extravergine d'oliva – sale

1 In una ciotola riunite la paprica, la senape e il peperoncino, aggiungete l'origano sbriciolato, il timo secco, una presa di sale e mescolate. Eliminate la punta terminale delle alette e condite la parte rimasta con un cucchiaino d'olio.

2 Passate le ali nella miscela speziata e disponetele su una teglia rivestita con carta da forno. Conditele con 2 cucchiaini d'olio e cuocetele in forno già caldo a 200° per 45 minuti. Nel frattempo mettete a mollo i capperi in acqua fredda per 20 minuti, sbucciate il cetriolo, tagliatelo a metà nel senso della lunghezza, eliminate i semi all'interno e grattugiatelo con una grattugia a fori grossi.

3 Strizzatelo per eliminare l'acqua in eccesso e mescolatelo con lo yogurt, le foglioline dei rametti di timo e un pizzico di sale. Mondate l'insalata, tagliatela a grossi pezzi, lavatela, asciugatela e saltatela per pochi secondi in una padella con 4 cucchiaini d'olio, gli spicchi d'aglio, sbuccciati, una presa di sale e i capperi scolati e asciugati. Servite le alette con il contorno di insalata e la salsa allo yogurt in una ciotolina.

CON BACON IN AGRODOLCE

FACILE PER
4 PERSONE
PREPARAZIONE 25 MINUTI
COTTURA 45 MINUTI
580 CAL/PORZIONE

800 g di ali di pollo – 500 g di patate novelle – 120 g di bacon a fette – 3 rametti di rosmarino – 80 g di salsa barbecue – 2 cucchiaini di aceto di mele – 2 cucchiaini di zucchero di canna – olio extravergine d'oliva – sale

1 Dividete le ali nelle 3 parti che le compongono tagliandole a livello delle articolazioni e scartate la parte terminale appuntita. Levate la pelle dalle parti rimaste e insaporite queste ultime con una presa di sale.

2 Disponete su ogni pezzo un rametto di rosmarino lungo 2-3 cm e avvolgete il tutto con una fetta di bacon. Mescolate la salsa barbecue con l'aceto, lo zucchero di canna e 2 cucchiaini d'olio, intingetevi gli involtini preparati e disponeteli su una teglia rivestita con carta da forno. Infornate a 220° per 45 minuti.

3 Lavate le patate, tagliatele a metà, trasferitele in una casseruola con acqua fredda, portate a ebollizione, unite una presa di sale e cuocetele per 5 minuti dall'inizio del bollore. Scolatele e conditele con 4 cucchiaini d'olio. Quando mancano 25 minuti al termine della cottura del pollo, disponetele nella teglia. Terminate di cuocere e servite con rosmarino fresco.

CROCCANTI CON PATATE ROSSE

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 25 MINUTI
880 CAL/PORZIONE

800 g di ali di pollo – 400 g di patate novelle rosse non trattate – 150 g di panko (pangrattato giapponese in fiocchi, in vendita nei negozi di specialità orientali; si può sostituire con pangrattato) – 2 uova – 100 g di farina – 1 cucchiaino di erbe di Provenza secche – 100 g di maionese – 100 g di yogurt greco – 5 g di aneto – olio di arachide – sale – pepe

1 Lavate le patate, asciugatele, tagliatele a fette spesse 3 mm e mettetle in acqua fredda per 30 minuti. Cambiate l'acqua e ripetete il passaggio. Eliminate la parte terminale delle ali, separatele a livello dell'articolazione, togliete la pelle e salatele. Mescolate la farina con le erbe di Provenza, rompete le uova in un piatto fondo e sbattetele con una forchetta.

2 Versate il panko in una piccola teglia. Passate le ali prima nel mix di farina ed erbe, poi nelle uova e infine nel panko, premendole con le mani per farlo aderire. Scaldate abbondante olio in una padella per friggere dai bordi alti, unite la metà delle ali e friggetele per 7-8 minuti, prima su fiamma media per permettere la cottura e poi su fiamma vivace fino a che saranno dorate.

3 Scolatele su carta per fritti e tenetele in caldo in forno a 100°. Friggete le rimanenti e unitele alle altre già in forno. Scolate e asciugate molto bene le patate, friggetele per 7-8 minuti fino a che diventano dorate, sgocciolatele su carta assorbente e servitele con le ali di pollo e la maionese mescolata con lo yogurt, sale, pepe e l'aneto tritato. Guarnite, se vi piace, con fettine di lime o di limone.



A pagina 50: piatto fondo nero La Fornacina Ceramic Studio, piatto piano L'Arte nel Pozzo, tovagliolo La Fabbrica del Lino, padella De Buyer, cucchiaino Mepra.
A pagina 51: tovagliolo La Fabbrica del Lino.
A pagina 52: piatto La Fornacina Ceramic Studio.
In tutte le foto il piano è in gres di Energieker.
Indirizzi a pagina 122

PASSIONI ALETTE DI POLLO

CON POMODORO E VODKA

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 75 MINUTI
530 CAL/PORZIONE

800 g di ali di pollo – 800 g di pomodori pelati – 1 dl di Vodka – 1 cucchiaino di rafano in pasta – 1 limone – 40 g di zucchero di canna – 100 g di panna acida – 10 g di erba cipollina – 300 g di fagiolini – 200 g di pomodorini misti colorati – olio extravergine d'oliva – sale

1 Riunite in una ciotola dai bordi alti i pomodori pelati con il loro succo, la Vodka, i 2/3 del rafano, una presa di sale, lo zucchero di canna, 3 cucchiaini d'olio e il succo del limone e frullate fino a ottenere una salsa omogenea.
2 Eliminate la parte terminale appuntita delle alette e dividete le due parti rimaste a livello dell'articolazione. Aggiungetele alla marinata e lasciatele insaporire per un'ora a temperatura ambiente. Sgocciolatele conservando la marinata, disponetele su una teglia rivestita con carta da forno e cuocetele in forno già caldo a 220° per 45 minuti.
3 Lessate i fagiolini per 7-8 minuti in acqua bollente salata. Versate la marinata in una casseruola e fatela ridurre della metà su fiamma vivace, mescolando spesso. Levate la teglia dal forno, spennellate le ali con la marinata ridotta e cuocetele per 10 minuti sotto il grill del forno. Servitele con la panna acida mescolata con il rafano, una presa di sale e l'erba cipollina tagliuzzata. Accompagnate con i pomodorini tagliati a metà e i fagiolini.

GRATINATE CON FORMAGGIO ED ERBE

MEDIA
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 1 ORA
620 CAL/PORZIONE

800 g di ali di pollo – 60 g di burro – 2 spicchi d'aglio – 4 foglie di salvia – un mazzetto di prezzemolo – 80 g di Grana Padano Dop grattugiato – 300 g di zucchine novelle con il fiore – 100 g di farina 00 – 2 tuorli – olio extravergine d'oliva – olio di arachide – sale – pepe

1 Staccate dalle ali la parte terminale appuntita, insaporitele con sale e pepe, conditele con 2 cucchiaini d'olio extravergine e infornatele a 200° per 45 minuti.
2 Staccate i fiori dalle zucchine e mondate entrambi, tagliate le zucchine a metà nel senso della lunghezza. Lavate il prezzemolo, con le foglie di salvia, asciugateli e tritateli finemente. Sbucciate gli spicchi d'aglio, tagliateli a metà, eliminate l'anima centrale, grattugiateli non troppo finemente, uniteli alle erbe e mescolate. Sciogliete il burro in un pentolino, unitevi le erbe e lasciate raffreddare.
3 Sfornate le ali, lasciatele intiepidire, passatele nel composto di burro aromatico e nel grana e mettetele nuovamente nella teglia. Mescolate la farina setacciata con i tuorli, una presa di sale e 1,8 dl di acqua ghiacciata, passate le zucchine e i fiori nella pastella e friggeteli entrambi in abbondante olio di arachide ben caldo per 2 minuti. Passate le ali di pollo sotto il grill per 5 minuti o fino a quando diventano dorate e servitele con il fritto su carta da cucina.

CON MARINATURA ALLA BIRRA

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 1 ORA
500 CAL/PORZIONE

1 kg di ali di pollo – 2,25 dl di birra bionda – 60 g di zucchero di canna – 60 g di ketchup – 2 cucchiaini di aceto bianco – un cucchiaino di triplo concentrato di pomodoro – 2 spicchi d'aglio – 40 g di senape dolce – 4 grossi pomodori costoluti – un mazzetto di basilico – olio extravergine di oliva – sale – pepe

1 Versate l'aceto e lo zucchero di canna in un pentolino e scaldare il composto su fiamma bassissima fino a che lo zucchero si è sciolto. Versate il composto in una ciotola, lasciate raffreddare e aggiungete la birra, il ketchup, il concentrato di pomodoro, gli spicchi d'aglio sbucciati e schiacciati, sale, pepe e mescolate.
2 Eliminate la parte terminale appuntita delle ali, separate le due parti rimaste a livello dell'articolazione. Unite le ali al composto preparato e lasciate marinare a temperatura ambiente per un'ora. Scolatele, disponetele in una teglia rivestita con carta da forno, conditele con 3 cucchiaini d'olio e cuocetele in forno già caldo a 220° per 30 minuti.
3 Nel frattempo versate la marinata in una padella e cuocetela su fiamma vivace fino a che si è ridotta e addensata. Spennellatela sulle ali e proseguite la cottura per altri 15 minuti. Lavate e mondate i pomodori, tagliateli a metà nel senso della larghezza, conditeli con un cucchiaino d'olio e cuoceteli sulla piastra molto calda un minuto dal lato del taglio e un minuto sull'altro lato. Conditeli con una presa di sale, il basilico spezzettato e 3 cucchiaini d'olio e serviteli con le ali di pollo e la senape.

A pagina 53: piatti L'Arte nel Pozzo e vassoio rettangolare La Fornacina Ceramic Studio.
A pagina 54: piatto piano L'Arte nel Pozzo, piatto nero La Fornacina Ceramic Studio, posate Pinti Inox.
A pagina 55: teglia De Buyer.
In tutte le foto il piano è in gres di Energieker.
Indirizzi a pagina 122

Il segreto
di mille sapori.



Bevi responsabilmente



Carla Aradelli

Ristorante Riva

NEI PIATTI METTE
IL CUORE! E SI SENTE.
PENSATI PER NUTRIRE
CON GIOIA E
NATURALEZZA,
REGALANO
INEDITE ARMONIE
AI PALATI PIÙ FINI

di Silvia Bombelli,
foto di Michele Tabozzi



25 anni in Jre

Carla (classe '68) è in Jre dal '95 e da allora assieme al marito Maurizio ha stretto rapporti di amicizia con i colleghi dell'associazione. Incontrarsi anche al di fuori delle riunioni ufficiali è importante e soprattutto piacevole. Magari per un goloso raduno, come la storica cena degli over, i veterani di Jre dove ognuno porta qualche squisitezza da condividere con i colleghi.

il ristorante

In posizione pittoresca a fianco del duecentesco Castello di Riva di Ponte dell'Olio (PC) Carla in cucina e il marito sommelier in sala (30 coperti) offrono piatti delicati e locali, come il tortino di cipolle con tartufo nero, i tortelli alla cipria di ortiche o i pisarei di farro con purè di legumi (ristoranteriva.it)



UOVO MERINGATO
CON RICOTTA,
OVULI E PIANTAGGINE

pag. 62



Semplici e perfette le ricette di Carla Aradelli non sono solo squisite e blasonate, hanno anche quel tocco di sorprendente magia che solo persone empatiche e genuine come lei sanno trasferire dal cuore al piatto. Si capisce al primo sguardo che è una donna spontanea, legata al suo territorio e alla tradizione contadina. Nata e cresciuta a Ponte dell'Olio (dove ha anche aperto il suo ristorante), nonostante la stella Michelin ('97) e le entusiastiche recensioni collezionate negli anni, Carla è e resta una cuoca che ama starsene a sperimentare dietro ai fornelli, previo giretto nell'orto o nei boschi attorno. Più che sotto i riflettori preferisce stare in famiglia lavorando sodo, ora anche con le figlie Vittoria e Giulia che

sbirciano e danno una mano, proprio come faceva lei nel ristorante della nonna e poi della mamma. L'importante è concentrarsi sull'equilibrio tra gli ingredienti di ogni preparazione, con piglio da piccolo chimico buongustaio, privilegiando l'aspetto nutrizionale del cibo e puntando a estrarre il meglio da ingredienti facili, reperibili e alla portata di tutti. Perché a lei questo hanno insegnato e questo ha apprezzato fin da subito, nella cucina di famiglia prima e lavorando poi fianco a fianco al grande maestro della nouvelle cuisine Georges Cogny. Ed è così che nei suoi piatti la concretezza si sposa con il gesto poetico e l'armonia che offre un semplice uovo fresco racchiuso nella meringa del suo stesso albume (come nella ricetta che presentiamo) emoziona davvero.



l'alternativa

La chef accompagna a piacere il suo uovo meringato con altri ingredienti, secondo la stagione. Per esempio, con salame cotto e pesto di erbe spontanee o fonduta di formaggio e asparagi.

UOVO MERINGATO CON RICOTTA, OVULI E PIANTAGGINE

PER 4 PERSONE

**240 g di ricotta – 60 g di panna fresca
– 200 g di ovuli – 4 tuorli e 8 albumi – 80 g di parmigiano
reggiano Dop grattugiato – 12 foglie di piantaggine
(erba spontanea leggermente amarognola sostituibile
con foglie di sedano) – olio di semi di girasole
– olio extravergine d'oliva – sale – pepe**

Montate gli albumi a neve sodissima con un pizzico di sale. Mettete ogni tuorlo in una ciotolina individuale (devono essere interi).

In una ciotola amalgamate la ricotta e la panna con una spatola per ottenere un composto cremoso. Trasferite il mix in una tasca da pasticciere.

Sciacquate velocemente i funghi e tamponateli con carta da cucina. Tagliateli con un coltello affilato a fette nel senso della lunghezza spesse 1 cm.

Spennellate i piatti con olio d'oliva, sistematevi sopra le fette di ovuli ben distanziate. Completate con qualche ciuffetto del composto di ricotta e panna; mettetevi in frigo. Sciacquate e tamponate le foglie di piantaggine e tagliatele a strisce di 0,5 cm circa nel senso della lunghezza.

Scaldare in una piccola padella antiaderente

1 cucchiaio di olio di semi di girasole, adagiate al centro 1 coppapasta da 10 cm di diametro (o 4 alla volta ben distanziati in una pentola più grande, se preferite preparare contemporaneamente le 4 uova meringate).

Distribuite sul fondo del coppapasta uno strato di parmigiano e 2-3 cucchiari di albumi a neve creando una fossetta al centro e scodellatevi dentro 1 tuorlo; salate, pepate, distribuite ancora un po' di parmigiano e coprite con altro albume a neve in modo da riempire il coppapasta. Abbassate la fiamma, coprite con un coperchio e cuocete per 2 minuti circa. Quindi, con l'aiuto di una spatola,



girate velocemente il coppapasta e fate dorare anche l'altro lato per 2 minuti, sempre coperto. Togliete dal fuoco e staccate la meringa dal coppapasta, facendo passare un coltellino sui bordi interni del contenitore, sformatela e disponetela in un piatto con il lato cotto per primo (quello con il parmigiano) verso l'alto. Ripetete l'operazione per le altre 3 uova (a meno che le abbiate cotte insieme. Decorate con la piantaggine e servite.



CIÙ CIÙ

SOLCHI RADICI SOGNI

Elegante, equilibrato ed in grado di sprigionare profumi intensi, Evoè Marche I.G.P. Passerina è l'espressione autentica del territorio Piceno.

  [ciuciuviini.it](https://www.ciuciuviini.it)



IL PIACERE DI GRIGLIARE CON GUSTO



Grigliare al barbecue o sui fornelli è un vero piacere con i nuovi mix La Drogheria 1880, nati dalla sapiente combinazione di Sali, Erbe e Spezie per esaltare il sapore di ogni tuo piatto. Provali durante la marinatura e a fine cottura per accendere il gusto delle tue grigliate di carne, pesce, verdure e piatti vegani.



PARTNER UFFICIALE



@ladrogheria1880



*Ricerca PdA©/IRI 01/2020 su 12.000 consumatori italiani, su selezione di prodotti venduti in Italia. prodottodellanno.it cat. sali e spezie.

se il cibo cambia la terra

BUONE AZIONI PER VIVERE MEGLIO

di Silvia Bombelli

DOLCI PARCHI

Restauri green

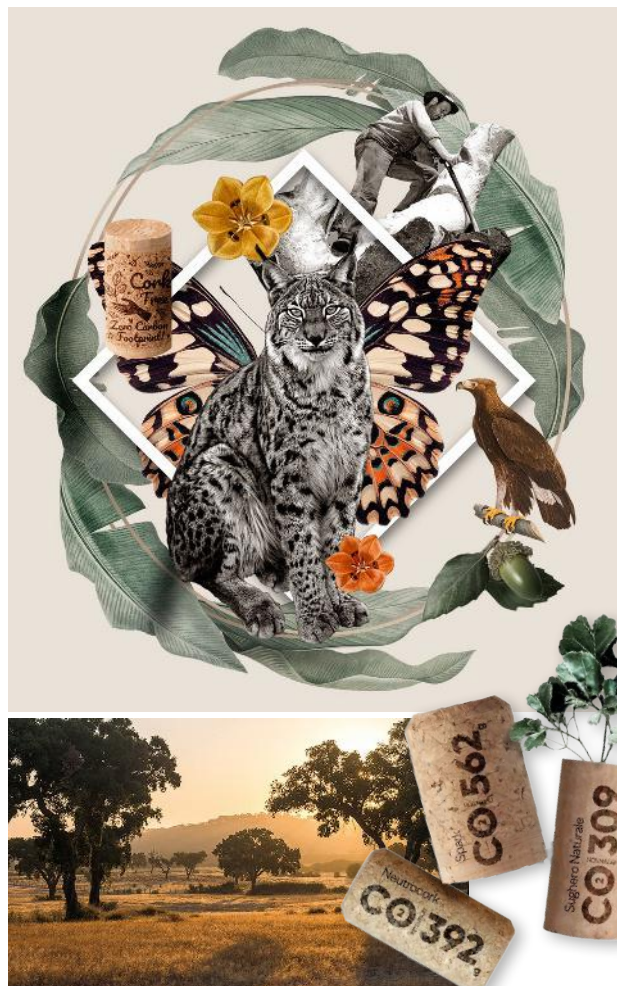
Dal Trentino al Gargano 6 parchi tornano a nuova vita grazie al marchio Gran Cereale che destina parte dei ricavi a progetti ecologici. "Restaurati" 13 ettari e messe a dimora di oltre 3.200 piante per stabilizzare il suolo e proteggere la biodiversità di alcuni dei polmoni verdi più strategici, ecologicamente parlando, d'Italia (grancereale.it).



HI-TECH SOLIDALE

Spesa sospesa in tutta Italia

Alla Caritas di Perugia è stata inaugurata la prima piattaforma digitale per lo smistamento di beni finanziata da Sorgenia. Sarà attiva a livello nazionale grazie alla startup Regusto. Le eccedenze di cibo si trasformano in risorse dirottate subito dove c'è bisogno e le donazioni in denaro diventano efficienti al 100% trasparenti e tracciabili (spesasospesa.org).



Più sughero

MENO INQUINAMENTO

L'ambiente sta molto a cuore ad Amorim Cork, leader mondiale nella produzione di tappi di sughero con sede italiana a Conegliano (TV). Per promuovere la filosofia sostenibile ha lanciato Suber Second Life, prodotti di top design fatti con il sughero riciclato, e tante iniziative sul territorio per una vita più felice e più sana, come l'allestimento di parchi gioco a palestre. Già, perché con il sughero non si fanno solo preziosi tappi da vino, ma anche pavimenti elastici e tanti accessori leggeri e resistenti. Dagli scarti di lavorazione, poi, Amorim Cork ricava biomassa per energie rinnovabili. Inoltre, grazie a un moderno sistema di irrigazione goccia a goccia, lavora al rimboschimento rapido e senza spreco d'acqua delle querce da sughero, che sono anche ignifughe e potenti filtri di CO2: trattengono il carbonio per 100 anni. Obiettivo: 50.000 ettari di nuove foreste irrigate (+30%) per purificare l'aria e mitigare il clima (amorimcorkitalia.com).

VINO ANCORA PIÙ BIO

VITI RESISTENTI

A Villatorba (TV) la Cantina Pizzolato ha piantato 15.200 barbatelle PIWI (Pilzwiderstandfähig), incroci tra *Vitis vinifera* e vite americana naturalmente immuni, o quasi, da malattie fungine come oidio (il mal bianco) e peronospora. Così, anche i trattamenti ammessi nel biologico con rame e zolfo si riducono moltissimo. Sono stati prodotti 4 vini da uve Cabernet, Merlot, Bronner e Johanniter (ammesse dal disciplinare del Veneto) con risultati eccellenti nel bicchiere e nel terroir (lacantinapizzolato.com).



ACQUACOLTURA INTELLIGENTE

SPRECO ZERO

Le cozze con il guscio rotto non si possono vendere. Ma anziché buttarle diventano goloso nutrimento per le orate allevate, come i mitili, nel Golfo di Oristano da Nieddittas. L'azienda sarda è famosa per le condotte ecosolidali: dalla circolazione idrica regolata dai flussi di marea in allevamento, alle cozze donate ai ristoratori dopo il lock down come gesto di incoraggiamento (nieddittas.it).

Salina

IMPERVIA MA COLTIVATA, RUVIDA MA ACCOGLIENTE,
È L'ISOLA CONTADINA DELL'ARCIPELAGO
DELLE EOLIE. ECCO PERCHÉ

a cura di Daniela Falsitta
testo di Francesca Romana Barberini
foto dei piatti di Laura Spinelli
in cucina Livia Sala

Lascia nei suoi visitatori un ricordo indelebile fatto di immagini, profumi e sapori. Una vera esperienza polisensoriale per l'isola più agricola delle Eolie. Un'isola fiera ed orgogliosa della sua diversità. Ad un'ora di aliscafo da Milazzo, quest'isola verde e fittamente coltivata deve il suo nome al piccolo laghetto dove i Romani erano soliti estrarre il sale. Gli antichi Greci la chiamavano Didyme, per via delle due alte vette gemelle che caratterizzano la sua morfologia. Io amo chiamarla la Contadina, ma non nel senso dispregiativo dei Liparoti che subirono l'affronto quando Salina ottenne l'autonomia e l'indipendenza da Lipari, ma per via del susseguirsi di vigne, ulivi, orti che rendono il paesaggio piacevolmente agricolo.

segue >

'NSALATA I PATATI

pag. 70



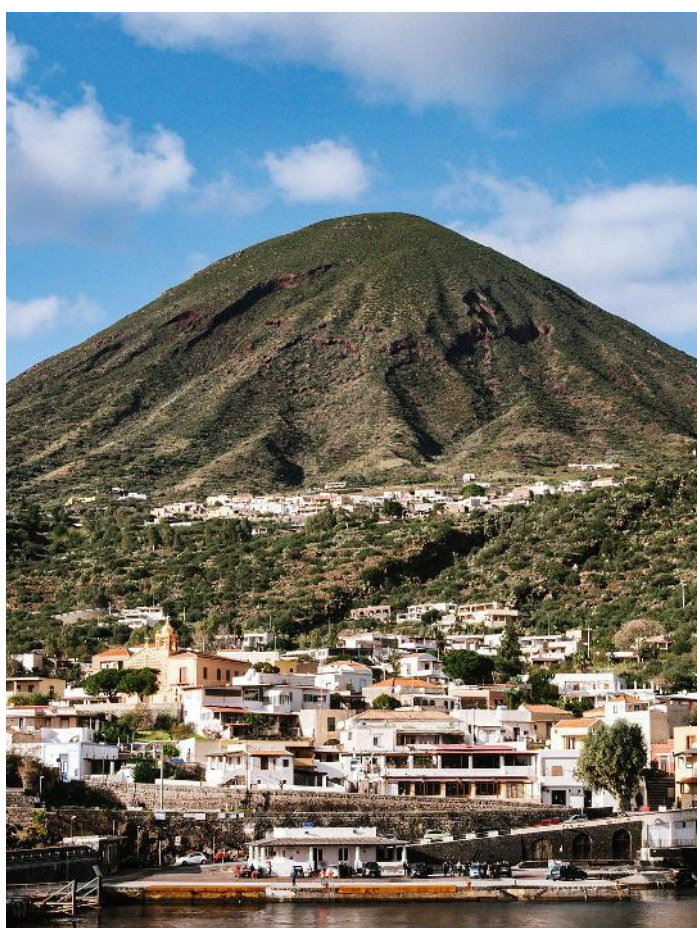
L'isola di Alicudi vista da Pollara (la splendida baia nella pagina accanto). In basso, da sinistra: la raccolta manuale dei capperi, il porto di Rinella fotografato dalla nave che arriva da Lipari e, ancora, i capperi appena raccolti in attesa della salatura; in questa fase non possono essere mangiati perché risultano molto amari.

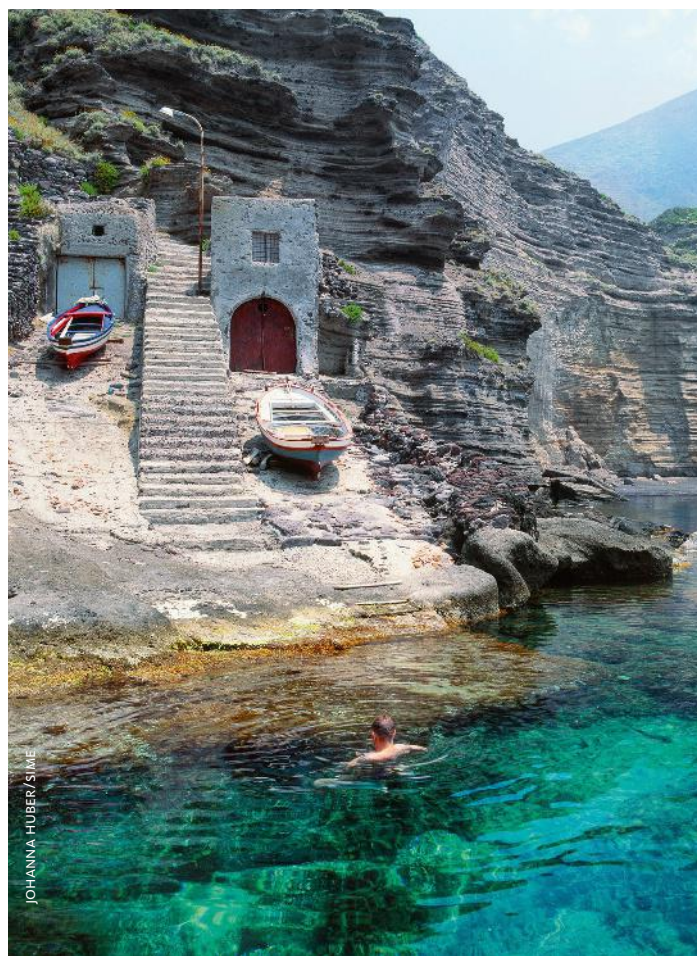
ANTONINO BARTUCCIO, SIME



PP

STEFANO BUTTURINI (3)





Lungo le sue ripide strade sono tante le aziende agricole con storie di cibo e di vino, ristoranti e piatti locali. Il giro dell'isola parte dal porto di S. Marina Salina, animato da attraenti botteghe e fiori di oleandro in un'esplosione di colori e rumori. Da qui si sale: lo sguardo viene dapprima rapito da Capo Faro, una distesa di ordinate vigne e poi dalla vista che si può godere da Malfa, paesino appena più alto del mare dove l'accoglienza è addirittura stellata grazie alla chef Martina Caruso dell'Hotel Signum, migliore chef italiana donna 2019 per la Guida Michelin. Il viaggio può proseguire per Polara, frequentata dai turisti perché set del poetico film "Il Postino" di Massimo Troisi. Nelle giornate senza folla è il posto ideale per ammirare il più bel tramonto dell'isola. Anche Leni sorge da questa parte: il suo nome deriva da *lenos*, ovvero torchio, e ancora oggi la località è rinomata per il vino. La storia racconta che fu proprio merito del passito se Salina riuscì ad affrancarsi dal potere liparese, perché per 10 anni vendette questo nettare agli

ufficiali dell'armata britannica giunta a Messina per fronteggiare la possibile avanzata di Napoleone, innescando un processo di sviluppo economico. L'altra grande produzione agricola sono i Capperi di Salina, presidio Slow Food, gli unici coltivati con il metodo della talea. Insieme agli altri capperi eoliani hanno ottenuto la più recente delle Dop d'Italia. A sud invece c'è Rinella: la sua spiaggia nera, le grotte che custodiscono le barche e la piazza, set del film *Vulcano* con Anna Magnani, la rendono una tappa obbligata. In alto, Valdichiesa è quasi un borgo montano: vi incontrerete solo quiete e vigneti di Malvasia, oltre al Santuario della Madonna del Terzito, del 1630. La tappa finale è Lingua, dove visitare il museo etno-antropologico e percorrere l'itinerario che porta al laghetto salato, ma soprattutto assaggiare il pane cunzato più ricco che ci sia, condito con capperi, pomodori, origano, cipolla rossa, alici e la ricotta salata al forno di Milazzo oppure scegliere quale granita vi ricorderà il vostro soggiorno sull'isola: fichi, limone, gelso o mandorla.



Il laghetto salato e il faro di Lingua, raggiungibili con una bella passeggiata. Nella pagina accanto, in alto: il cielo di Malfa al tramonto. In basso, da sinistra: l'uva Malvasia stesa ad asciugare; i colori del mare a Punta del Perciato; la macelleria di via Risorgimento, a Santa Marina.



LUOGHI ECCELLENTI SALINA

'NSALATA I PATATI

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI + RIPOSO
COTTURA 30 MINUTI
330 CAL/PORZIONE

4 patate – 1 grossa manciata di capperi sotto sale – 1 cipolla – 12 pomodorini – 1 cetriolo – 20 olive nere – origano – 30 foglie di basilico – olio extravergine d'oliva – sale

1 Dissalate i capperi mettendoli a bagno in acqua fredda per 15 minuti, ripetete l'operazione un paio di volte e asciugateli. Sbucciate e affettate la cipolla, mettetela in acqua e sale per 5 minuti e asciugatela.
2 Lessate le patate in acqua bollente 30 minuti, sbucciatele e tagliatele a pezzi. Lavate e tagliate i pomodorini in 2 o 4 spicchi, in modo che siano poco più piccoli delle patate. Spellate il cetriolo e affettatelo. In una ciotola riunite tutti gli ingredienti preparati, aggiungete le olive e condite con sale e olio. Mescolate, unite l'origano, le foglie di basilico intere e mescolate ancora brevemente.

PASTA C'À RINA

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 25 MINUTI + RIPOSO
COTTURA 1 ORA
480 CAL/PORZIONE

350 g di spaghetti – 500 g di pomodori maturi – 2 cipolle – 100 g di barbe di finocchio selvatico – 8 alici sotto sale – 3 spicchi d'aglio – 4 cucchiaini di mollica tritata – 1 peperoncino – 8 foglie di menta – olio extravergine d'oliva – sale

1 Mettete in una pentola i pomodori mondati, tagliati a metà e privati della maggior parte dei semi, 1/2 cipolla sbuccata e affettata, un cucchiaino d'olio e sale. Coprite e fate cuocere a fiamma bassa per 30 minuti mescolando di tanto in tanto.
2 Tritate le barbe di finocchio; deliscate le alici, lavatele e asciugatele. Sbucciate e tritate la cipolla intera rimasta; fatela appassire in padella insieme a 2 spicchi d'aglio sbuccati e 2 cucchiaini d'olio. Dopo pochi minuti unite le alici e lasciatele sciogliere a fuoco

basso, quindi le barbe di finocchio senza farle bruciare (se occorre, versate un po' di acqua calda) e cuocete per 5 minuti. Salate, unite i pomodori preparati e fate insaporire per altri 5 minuti.
3 Lessate gli spaghetti in acqua bollente salata e intanto preparate la "rina" (la sabbia): in un pentolino mettete la mollica tritata, lo spicchio d'aglio rimasto sbucciato, il peperoncino intero e 1/2 cucchiaino d'olio, mescolate per tostare uniformemente la mollica e, quando sarà abbrustolita, eliminate aglio, peperoncino e spegnete. Scolate gli spaghetti al dente senza asciugarli troppo, ripassateli nella padella con il sugo e aggiungete la menta. Dividete nei piatti e cospargete con la mollica all'ultimo momento in modo che sia calda e croccante.

CUNIGGHIU ALL'AGRODOLCE

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 70 MINUTI
560 CAL/PORZIONE

2 conigli selvatici tagliati a pezzi – 1/2 bicchiere di aceto – 4 cipolle rosse – 3 cucchiaini di uvetta – 3 cucchiaini di mandorle spellate – 6 foglie di alloro – 1/2 tazza di succo di limone – 4 cucchiaini di zucchero – 4 cucchiaini di olio extravergine d'oliva – sale

1 Ammolate l'uvetta 10 minuti in acqua tiepida. Mettete le mandorle sulla placca rivestita con un foglio di alluminio e infornatele per 10 minuti a 180° girandole 2 volte.
2 Lavate i pezzi di coniglio e asciugateli in una padella senza condimento a fuoco dolce. Quando la carne comincia a restringersi sfumate con l'aceto. Affettate le cipolle; fatele appassire in un altro tegame con l'olio, salate e unite il coniglio. Rosolate per qualche minuto e poi aggiungete l'uvetta scolata, le mandorle, l'alloro e un po' d'acqua. Fate cuocere a fuoco dolce versando altra acqua calda quando occorre.
3 Dopo 20-25 minuti, girate i pezzi di coniglio e proseguite per lo stesso tempo. A cottura quasi ultimata, fate sciogliere lo zucchero nel succo di limone e versatelo sulla carne, alzate la fiamma e lasciate cuocere per gli ultimi 2 minuti. Spegnete e servite ben caldo.

TACCUINO DI VIAGGIO

Ristorante Hotel Mamma Santina
Via Sanità 40, Santa Marina Salina
IL RISTORANTE DI QUESTO DELIZIOSO HOTEL CON PISCINA E GIARDINO DI LIMONI, PROPONE LE RICETTE DELLE NONNE.

Ristorante Hotel Signum
Via Scalo 15, Malfa
TRE TERRAZZE SUGGERIVE: LA PRINCIPALE, COPERTA DA PERGOLATO, OSPITA UN RISTORANTE STELLATO CON VISTA SU PANAREA E STROMBOLI.

Capofaro Locanda & Malvasia
Via Faro 3, Malfa
NATA DALL'AMORE PER LA VIGNA E PER IL MARE DELLA FAMIGLIA TASCA D'ALMERITA UNA TENUTA CON RISTORANTE E CAMERE.

Franco Manca
Via Marina Garibaldi 3, Lingua
È DI UNA CATENA INGLESE, QUESTA OTTIMA PIZZERIA GESTITA DA GIUSEPPE MASCOLI, PIZZAILOLO E VIGNAILOLO.

Da Alfredo
Via Vittorio Alfieri, Lingua
IRRISISTIBILI IL SUO PANE CUNZATO E LE GRANITE.

Casa Lo Schiavo
Via Risorgimento 32, S. Marina Salina
UNA CLASSICA PUTÌA, DOVE ACQUISTARE GENERI ALIMENTARI E GUSTARE SEMPLICI PIATTI PRONTI.

Sapori Eoliani
Via Leni 20 Pollara
CONSERVE E PRODOTTI DOLCI COME I CAPPERI CANDITI E LA CONFETTURA DI CAPPERI.

Azienda Agrobiologica D'Amico
Via Libertà 27, Leni
MALVASIA DELLE LIPARI DOC E TENUTA RUVOLI, UN SALINA ROSSO IGT. OTTIMI ANCHE CAPPERI E CONSERVE.

Azienda Agricola Daniela Virgona
Via Bandiera 2, Malfa
OLTRE AI VINI, È DA NON PERDERE LA CAPPERONATA, UN'ANTICA RICETTA PREPARATA CON CAPPERI, CIPOLLA, OLIVE, POMODORO.

Hauer Carlo Azienda Agricola
Via Umberto I, Santa Marina Salina
UNA DELLE CANTINE PIÙ FAMOSE: 50 MILA BOTTIGLIE DI MALVASIA, TRA NATURALE E PASSITA.

CUNIGGHIU
ALL'AGRODOLCE



Il porto dell'isola, con la gialla facciata della chiesa settecentesca il cui pregiato pavimento in maiolica è stato restaurato dai reali del Belgio. In basso da sinistra: i colori delle case di Santa Marina, le famose granite di Alfredo e la tenuta Capofaro Locanda & Malvasia.



UDO SIEBIG/REDA&CO



RICCARDO LOMBARDO/REDA&CO



GIOVANNI TAGINI/REDA&CO/REDA&CO



PAOLO GIOCCOSO/SIME

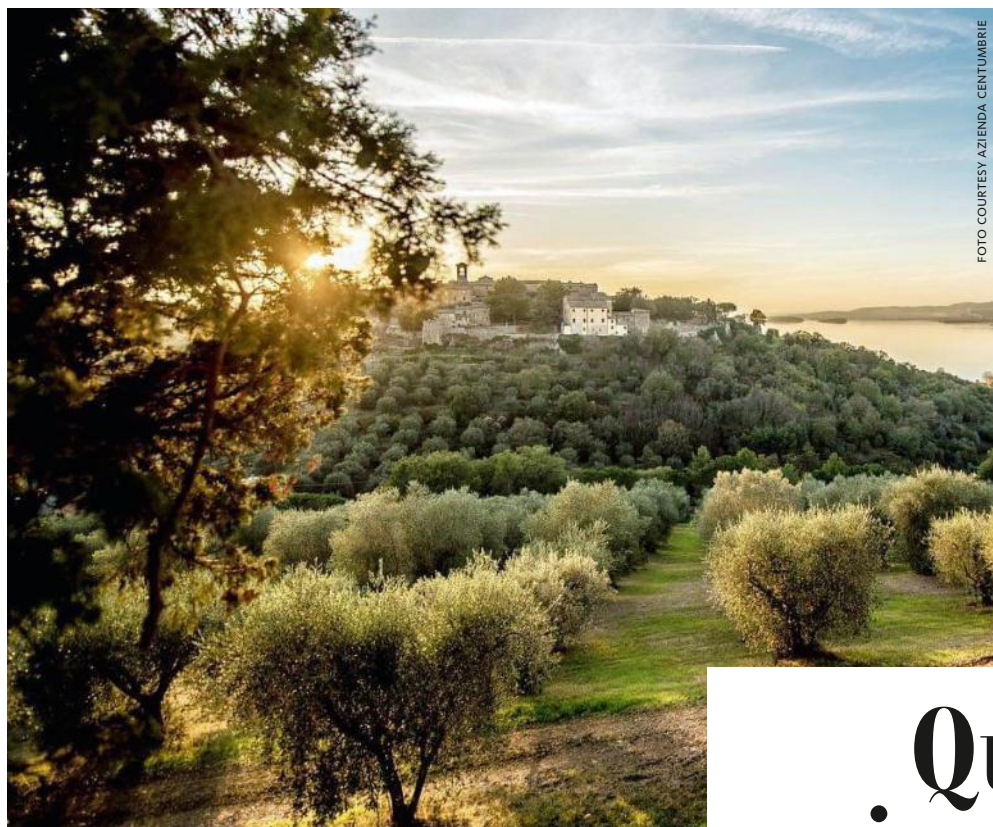


FOTO COURTESY AZIENDA CENTUMBRIE



ARCHIVIO SALE E PEPE

Quale olio su pizza e focaccia

PER QUESTI DUE CLASSICI
DELLA CUCINA ITALIANA
IL NETTARE DELLE OLIVE
È DAVVERO CARATTERIZZANTE

a cura di **Cristiana Cassé**, testo di **Luciana Squadrilli**,
ricetta di **Claudia Compagni**

Si fa presto a dire pizza. A seconda di dove si nomini si possono intendere cose diverse: parliamo della Margherita napoletana, stesa sottile e con il cornicione pronunciato, o della “pizza” romana in teglia da farcire con la mortadella? Per non citare tutte le altre, le sempre più numerose varianti da degustazione e le svariate interpretazioni della focaccia lungo la nostra penisola.

Quel che è certo è che l'olio extravergine gioca sempre un ruolo fondamentale, soprattutto come condimento (è anche ingrediente di alcuni impasti) e diventa tanto più importante quanto più la “ricetta” è semplice: la focaccia ligure sarebbe così buona con un olio scadente? E che dire di quel filo a crudo aggiunto sulla Marinara? Insomma anche se all'apparenza

riveste un peso minoritario, la scelta dell'olio merita la stessa attenzione riservata a farine, pomodori e latticini. Lo hanno ben capito molti bravi pizzaioli che indicano sul menu l'etichetta prescelta per ogni pizza.

Iniziamo, intanto, a dare delle indicazioni di base: per quanto riguarda l'impasto è sempre bene utilizzare un olio delicato. Per condire, invece, bisogna fare una premessa: se per la pizza in teglia l'olio va sparso con generosità sia sul fondo sia sulla superficie, per la pizza tonda è bene aggiungerne un po' solo in superficie prima della cottura e un altro filo fuori dal forno per profumare. C'è anche chi ne stende qualche goccia sul cornicione per renderlo più morbido e allettante.

Riguardo alla scelta di tipologie e varietà, si può decidere di utilizzare un buon blend equilibrato e versatile o giocare con le sfumature sensoriali. Una Margherita

ANCHE IN PROFUMO

Un profumo d'ambiente creato da Laura Boselli Tonatto, maestra profumiere di fama internazionale, traducendo le note aromatiche dell'extravergine di casa Frescobaldi – erba tagliata, mandorla, carciofo – in quelle olfattive di zagara, cassis, armellina, vetiver e pepe, per una fragranza fresca e avvolgente. In edizione limitata, si ordina insieme al Laudemio Frescobaldi frescobaldi@segrp.com (€ 38,50 spedizione inclusa),

UN PORTALE AD HOC

Una selezione di 15 produttori da quattro regioni diverse (ma l'obiettivo è arrivare a 40) e una carta degli oli con tutti i consigli per aiutare chef e patron a scegliere i più adatti alla propria cucina. Olivante (olivante.it) è un portale creato dai fratelli foggiani Marco e Mario Morrone per mettere in contatto i piccoli produttori locali con la ristorazione e far crescere la cultura dell'olio, soprattutto in cucina.

FOCACCIA CON SALVIA, LIMONE E CAPPERI

MEDIA
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 25
MINUTI + RIPOSO
COTTURA 25 MINUTI
350 CAL PORZIONE

500 g di farina 0
– **15 g di foglie di salvia**
– **1 limone non trattato**
– **15 g di capperi sotto sale** – **8 g di lievito di birra fresco**
– **olio extravergine d'oliva (fruttato medio)** – **sale**

1 Mettete a bagno i capperi in acqua tiepida per 30 minuti, scolateli, sciacquateli, asciugateli e tritateli finemente. Lavate e asciugate il limone e grattugiatene la scorza. Tritate le foglie di salvia.
2 Mescolate gli ingredienti preparati con la farina, quindi disponetela a fontana e mettete al centro il lievito sbriciolato, 40 ml di olio e 3 dl di acqua tiepida: impastate per 3 minuti. Unite 8 g di sale e impastate per altri 10 minuti.

Formate una palla, incidetela a croce e lasciatela lievitare coperta per 1 ora o fino al raddoppio del volume.
3 Mettete l'impasto in una teglia oliata, sgonfiatelo con le mani, stendetelo e lasciatelo riposare ancora 30 minuti. Quindi create delle fossette con le dita, versate sulla focaccia 1 dl di acqua emulsionata con 3 cucchiaini di olio e una presa di sale e lasciatela lievitare per 1 altra ora. Cuocetela in forno preriscaldato a 240° per 25 minuti.



sarà perfetta con qualche goccia di monocultivar di Ortice, varietà irpina che profuma di pomodoro e note erbacee, in piacevole contrasto con la mozzarella. Per la Marinara si può scegliere un olio piccante ma non troppo amaro con sentori di erbe officinali, ottenuto da Nocellara Messinese. Con le pizze bianche o con la dolcezza dei pomodori gialli, si può giocare su contrasti più decisi, come offrono gli oli da Itrana. Mentre su una pizza con verdure si può azzardarne uno intenso da Coratina, ma particolarmente equilibrato. Sulle pizze più creative, come l'ormai celebre connubio tra burrata e gamberi crudi (proposto per primo da Simone Padoan a I Tigli) ci vuole un olio elegante e capace di "sgrassare", come un monocultivar di Casaliva del Garda. Su una focaccia con tartare di Chianina con misticanza, maionese all'aglione della Valdichiana (come la propone Tommaso Vatti alla Pergola) è perfetto un deciso extravergine chiantigiano da Correggiolo, dai sentori di olive e carciofo e mandorla verde.

Scelti per la nostra ricetta

Bio Dop Sardegna Accademia Olearia, Alghero (SS)

Da olive Bosana, un extravergine dal fruttato medio molto equilibrato, ravvivato da bei sentori erbacei e di macchia mediterranea (500 ml, 12 euro)

Monocultivar Dolce Agogia Frantoio CM-Centumbrie, Agello (PG)

Cultivar umbra tipica del Trasimeno, è protagonista di questo olio fruttato medio in cui il classico carattere delicato è reso più vivace dalla tendenza spiccatamente fresca e vegetale, con belle note di fiori, mela e agrumi (500 ml, 24,50 euro)

Cerasuola Mandranova, Palma di Montechiaro (AG)

Fruttato medio da olive Cerasuola in purezza, ha un carattere non invadente in cui spiccano belle note di erbe aromatiche. Elegante e ben bilanciato, ha un finale in cui si uniscono il piccante di pepe e la fresca dolcezza della mandorla (500 ml, 11 euro)



SALSE AL cetriolo

LA POLPA GENTILE DI QUESTO
ORTAGGIO ESTIVO
È L'ANIMA DI UN CLASSICO
DELLA CUCINA GRECA.
MA NON SOLO...

a cura di Livia Fagetti, ricette di Livia Sala,
foto di Maurizio Iodi, styling di Laura Cereda



Tzatziki

1 Lavate 1 cetriolo e, senza sbucciarlo, passatelo su una grattugia a maglie larghe.
2 Premendo con il dorso di un cucchiaino, eliminate il liquido con un colino. Riducete a crema 2 spicchi d'aglio con un coltello.
3 In una ciotola riunite 400 g di yogurt greco, 2 cucchiaini di olio extravergine d'oliva e 1 di aceto bianco, l'aglio e il cetriolo; salate e tenete in frigo 2 ore. La salsa tzatziki è perfetta con carne grigliata, in un sandwich con tonno sott'olio o prosciutto cotto oppure come aperitivo servita con pane o grissini.

Buonassisi

1 Sbucciate 2 cetrioli tagliateli a fettine, salatele e lasciatele scolare su un tagliere inclinato. Sciacquate, asciugate e tagliate a dadini con un coltello.
2 In un tegame sciogliete 80 g di burro, unitevi 80 g di farina setacciata e mescolate per ottenere un composto omogeneo. Unite 2 cucchiaini di aceto, salate e pepate; unite 1 dl di yogurt magro e cuocete 2 minuti.
3 Fate raffreddare, unite i dadini di cetriolo e, se vi piace, aneto. Questa salsa, raccolta dal giornalista gastronomo Vincenzo Buonassisi, va con pesci bolliti e al forno, carne bianca e patate lesse.



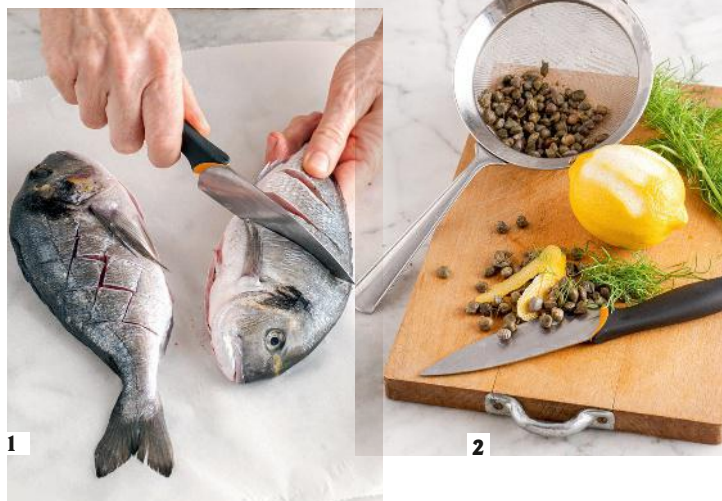
Viennese

1 Passate 1 cetriolo sbucciato su una grattugia a fori grossi e fate scolare su un piatto inclinato.
2 Schiacciate 2 uova sode in un colino; sbucciate e tritate fine 1 piccola cipolla; sbollentate 1 pomodoro ramato, privatelo della buccia e tritate la polpa al coltello (eliminate i semi); tritate 1 filetto d'acciuga sott'olio. Mescolate con 1/2 cucchiaino di senape, 1/2 cucchiaino di olio extravergine d'oliva, 3 di aceto, poco zucchero, sale e pepe.
3 Servite con bolliti, hamburger, insalate miste e pinzimoni di verdure.

Orate al forno con capperi e limone

1 Pulite 4 piccole orate (200 g l'una) e praticate nella polpa alcuni tagli profondi, obliqui e incrociati; insaporite i pesci inserendo nei tagli un trito preparato con foglioline di finocchietto selvatico, prezzemolo, capperi dissalati e scorza di limone non trattato.

2 Sistemate le orate su una placca foderata con carta da forno e irroratele con un filo di olio; cuocete nel forno caldo a 200° per 15 minuti circa. Servite i pesci accompagnandoli con qualche cucchiata di salsa ai cetrioli di Buonassisi e foglioline di insalata verde. Completate, se vi piace, con spicchi di limone e qualche altro capperi intero.



Pita con polpettine alla greca

1 Amalgamate a 200 g di carne macinata di manzo, 100 g di carne macinata di agnello, una piccola cipolla tritata, mezzo cucchiaino di spezie miste (Ras el Hanout) e un pizzico di sale; con le mani inumidite formate tante piccole polpette.

2 Infilate le polpette su spiedini di legno (sarà più comodo girarle) e sistematele su una placca: condite con un filo di olio e infornate a 180° con una testa d'aglio non sbucciata e tagliata a metà. Cuocete per una quindicina di minuti, passando alla modalità grill negli ultimi istanti. Intanto tagliate 1 cipolla rossa a lamelle sottili e riducete 2 pomodori perini a pezzetti. Scaldate 4 pani pita (o panini arabi) nel forno caldo, quindi farcite ognuno con 4 cucchiata di tzatziki, qualche polpettina, le lamelle di cipolla rossa, pezzetti di pomodoro, foglioline di menta, e un filo di olio.

Pinzimonio al forno con spiedini

1 Pelate 4 carote e tagliatele in 4 per il lungo; tagliate nello stesso modo 4 zucchinette. Tagliate a metà 8 peperoncini verdi dolci. Sistemate gli ortaggi su una placca, condite con sale, pepe, olio e rosmarino; cuocete nel forno caldo a 180°, in modalità ventilata, 20 minuti.

2 Riducete in 8 bastoncini 1 fetta spessa di prosciutto cotto (150 g circa), stendete su un foglio di carta da forno leggermente oliato 8 fettine di pollo; distribuite al centro i bastoncini di prosciutto, maggiorana, una macinata di pepe misto e arrotolate per formare 8 involtini. Rosolateli delicatamente in una padella antiaderente strofinata d'aglio e unta d'olio: salate e pepate, tagliate a tocchetti e infilate su degli spiedini. Servite verdure e spiedini con salsa ai cetrioli viennese.

LE DOSI SONO PER 4 PERSONE



un ortaggio delicato

ACQUISTATE CETRIOLI SODI CON POLPA LISCIA E, SE POSSIBILE, PICCOLI, CIOÈ GIOVANI, CHE HANNO POCHI SEMI, QUASI INVISIBILI. PRIMA DI USARLI BISOGNA SEMPRE ELIMINARE LE CALOTTE CHE SONO LA PARTE

PIÙ AMARA E, SE VOLETE, LA BUCCIA, TUTTA O IN PARTE. AFFETTATI SOTTILI O A BASTONCINI, I CETRIOLI HANNO POLPA CROCCANTE PERFETTA PER LE INSALATE MISTE. IN ALCUNE PREPARAZIONI (COME

LE SALSE) È BENE ELIMINARE PARTE DEL LORO LIQUIDO. LE FETTINE SI COSPARGONO DI SALE, SI LASCIANO SPURGARE SU UN TAGLIERE INCLINATO O IN UN COLAPASTA PER 20-30 MINUTI E POI SI SCIAQUANO

SOTTO ACQUA CORRENTE. SULLA POLPA GRATTUGIATA NON SERVE IL SALE: È SUFFICIENTE SCHIACCIARLA IN UN COLINO O LASCIARLA COLARE SU UN PIANO LEGGERMENTE INCLINATO.

Porcellane
Dodicesessanta.
Nelle pagine
precedenti: pentole
Tescoma,
coltelli Fiskars.
Indirizzi a pagina 122



NEL PROSSIMO NUMERO:
LE SALSE A BASE DI ACCIUGHE



LA QUALITÀ DELLE MATERIE PRIME È ALLA BASE

Marco Quintili, quando la qualità vince sul covid-19

Marco Quintili è il maestro pizzaiolo che con la sua napoletana contemporanea è riuscito a far diventare l'ex malfamato quartiere di Tor Bella Monaca una meta di peregrinaggio per i cultori del cibo simbolo dell'Italia nel Mondo.

Il maestro è più di un semplice pizzaiolo, dato che insegna panificazione in tutto il mondo ed ha anche trionfato nel programma tv Il Boss delle Pizze:

"Nella nostra pizzeria troverete soltanto materie prime tra le migliori oltre al desiderio di realizzare tutto quello che è realizzabile direttamente in casa."

La qualità delle materie prime è alla base".

Dopo soli due anni sono arrivati tanti riconoscimenti per il maestro nato a Pignataro Maggiore, insignito dalle guide de Il Gambero Rosso e di Repubblica come miglior pizzeria emergente nel Lazio 2019.

Marco Quintili non sembra risentire delle difficoltà del Covid e ha aperto un secondo punto vendita a Via Eurialo, facendo registrare anche qui il tutto esaurito: ***"A settembre il terzo locale aprirà sul lungo mare della Riviera di Chiaia a Napoli, non vedo l'ora"***.

La Pizzeria I Quintili propone un menu ricchissimo, che dagli antipasti al dolce regala un'esplosione di gusto. Le pizze di Marco Quintili riescono a fondere la cultura napoletana con quella romana come nessun'altra, un esempio è la carbonara con l'uovo grattato sulla pizza come fosse un tartufo. Il menu è completato da antipasti come le crocchette gourmet fino alle deliziose frittatine di pasta campane.



Quintili
pizza&food

I Quintili (Roma)

Via San Biagio Platani 320 -  Iquintili1

Via Eurialo 7C -  IquintiliFurioCamillo

 Iquintili

Ferrarelle
dedica questa pagina
ad un suo cliente speciale.

LISCIA, GASSATA O...
Ferrarelle

LA CUCINA È CREATIVITÀ E SCAMBIO DI IDEE.
ECCO PERCHÉ AMIAMO CURIOSARE
TRA LE VOSTRE FOTO E DARVI SPAZIO

SCELTA DAI LETTORI

Sarde a chiappa

Grande successo su Instagram per le nostre sarde. Ai follower è piaciuta l'idea di profumare con la scorza di limone il ripieno di pangrattato e pecorino. E poi questo pesce azzurro conquista sempre, perché è economico e saporito.



I REPOST
DI SALE&PEPE

NON È LA PRIMA VOLTA CHE @ALE_XANDER88 CUCINA (BENE) LE NOSTRE RICETTE. ABBIAMO CONDIVISO CON I FOLLOWER LA SUA VERSIONE DEI GAMBERONI AL SALE: TUTTI LI HANNO TROVATI IRRESISTIBILI.



LO SCATTO DEL MESE

Pizza con fiori di zucca

Ebbene sì, questa foto ricorda la pizza di copertina di Sale&Pepe di giugno. Non si tratta di una ripetizione, ma della versione di Daniela, che l'ha preparata senza patata nell'impasto e utilizzando le zucchine grigliate al posto di quelle fritte. Lo scatto ha offerto l'occasione per curiosare nella sua gallery Instagram (@lovelifelunch) e tra le pagine del suo blog: abbiamo trovato scorci pittoreschi, paesaggi rilassanti e piatti appetitosi.



RECORD DI
VISUALIZZAZIONI

CHEESECAKE

Lucia (@lucia.stefanesa) ha preparato a regola d'arte uno dei cheesecake di Sale&Pepe. Uno scatto da leccarsi i baffi, tanto che nelle stories ha avuto quasi 4 mila visualizzazioni.



IN EVIDENZA

I vostri Sale&Pepe

Quest'estate ci avete portato con voi in riva al mare, per i boschi e in collina. E siamo anche orgogliosi dei momenti trascorsi in relax con chi è rimasto al caldo in città. Su IG abbiamo condiviso le vostre stories. Qui abbiamo scelto la foto di @chef_montins.

SFOGLIA fotografia condividi

QUANDO CUCINATE
O TROVATE INGREDIENTI
E DETTAGLI IN STILE SALE&PEPE,
POSTATE LE VOSTRE FOTO
SU INSTAGRAM CON
#FOODSTYLELOVERS
E @SALEPEPE_IT

CUCINATO DA VOI

Complice il relax estivo, avete preparato molte delle nostre ricette e vi sono riuscite tutte benissimo! Non è stato semplice scegliere. Qui le foto di: @invernicialice, @birraecaffelatte, @blogthatsamore, @arancia_e_spezie.



fichi

per dessert

MORBIDI, SUCCOSI, GIÀ IRRESISTIBILI DA SOLI, DIVENTANO UN DELIZIA QUANDO AFFONDANO IN SOFFICI IMPASTI DI TORTE E CROSTATE O SI TUFFANO IN CREME VOLUTTUOSE

a cura di Silvia Tatozzi, ricette di Livia Sala,
foto di Michele Tabozzi, styling di Stefania Aledi

FLAN AL CIOCCOLATO FONDENTE
E ZENZERO

pag. 89





CROSTATA DI FARRO
CON CREMA AL LIME

pag. 89



TORTA DI MANDORLE
E YOGURT

pag. 90





DOLCE CON MERINGA CAMELLATA E CREMA ALLA PANNA

DIFFICILE
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 1 ORA + RIPOSO
COTTURA 3 ORE
320 CAL/PORZIONE

per la meringa 2 albumi a temperatura ambiente
– 80 g di zucchero semolato – 140 g di zucchero a velo
per la farcitura e il decoro 250 ml di latte – 50 g di miele
– 2 tuorli – 30 g di farina 00 – 15 g di amido di mais
– 1 rametto di rosmarino – 1 limone non trattato –
300 ml di panna fresca – 100 g di mascarpone – 10 fichi
– 2 cucchiaini di zucchero di canna – zucchero a velo

1 Sciogliete lo zucchero in un pentolino dal fondo spesso fino a ottenere un caramello: versatelo su un foglio di carta da forno e lasciatelo indurire, poi rompetelo con un batticarne e riducetelo in polvere in un cutter.

2 Lavorate gli albumi con le fruste e, quando iniziano a diventare spumosi, unite lo zucchero caramellato in polvere e poi lo zucchero a velo. Montate fino a ottenere un composto sodo.

3 Con una matita disegnate sul retro di 2 fogli di carta da forno 2 dischi di 15 cm di diametro:

sistemateli su una placca e distribuitevi la meringa, seguendo la circonferenza. Infornate la meringa a 100° per 3 ore, aprendo ogni tanto lo sportello per fare uscire l'umidità.

4 Scaldate il latte con il rametto di rosmarino, una scorza di limone e metà del miele e lasciate in infusione per 20 minuti. Lavorate in una casseruola i tuorli con il resto del miele, poi incorporate la farina e l'amido di mais; scaldate nuovamente il latte e filtratelo sul composto, poco alla volta e mescolando con una frusta. Mettete la casseruola su fuoco dolce e fate addensare; spegnete, coprite con un disco di carta da forno e fate raffreddare.

5 Tagliate 8 fichi a spicchi, sistemateli su una placca, cospargeteli con lo zucchero di canna e passateli sotto il grill del forno per 10 minuti. Sbucciate i fichi rimasti, schiacciate la polpa con una forchetta e aggiungetela alla crema. Montate la panna con il mascarpone e 2 cucchiaini di zucchero a velo.

6 Distribuite su un disco di meringa metà della panna e della crema; aggiungete metà dei fichi passati al grill e coprite con il secondo disco su cui metterete il resto della panna e della crema e i fichi rimasti. Spolverizzate con zucchero a velo.

GALETTE CON
BISCOTTI E PINOLI

pag. 90



COPPA CON CREMA DI RICOTTA,
PISTACCHI E SCIROPPO D'ACERO

pag. 90

FRAGRANTERIA



TUTTE LE VIRTÙ DEGLI OLI ESSENZIALI

FRAGRANTERIA *CITRONELLA* e *EUCALIPTO* coniuga i sentori freschi e agrumati della Citronella, nota fin dall'antichità come rimedio naturale per allontanare gli insetti, con le note balsamiche e legnose dell'Eucalipto, in un trionfo sensoriale di purezza. Scopri nei Tigotà la linea HERBAL di FRAGRANTERIA e arreda la tua casa con le note aromatiche degli oli essenziali: per una connessione sinergica tra mente, corpo e spazio.

FLAN AL CIOCCOLATO FONDENTE E ZENZERO

FACILE
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 50 MINUTI
COTTURA 40 MINUTI
300 CAL/PORZIONE

50 g di farina 00 – 25 g di cacao amaro – 70 g di zucchero di canna grezzo – 3 uova – 150 g di panna fresca – 100 ml di latte – 125 g di cioccolato fondente – 2 fettine di zenzero fresco – 20 g di burro per lo stampo – 6 fichi – sale

1 Versate il latte in un pentolino, aggiungete le fettine di zenzero e, prima che raggiunga il bollore, spegnete il fuoco e lasciate in infusione per 20 minuti (o un po' di più se desiderate un aroma più intenso). Scaldate il forno a 180°; imburrate uno stampo da 24 cm di diametro.

2 In una grossa ciotola miscelate con una frusta la farina, lo zucchero e il cacao in polvere in modo da eliminare tutti i grumi. In una ciotola a parte sguosciate le uova e sbattetele con la panna e il latte (dopo aver eliminato le fettine di zenzero). Versate il composto di uova sulla miscela, aggiungete un pizzico di sale e mescolate con la frusta fino a ottenere un composto liscio e omogeneo.

3 Versate il composto nello stampo preparato, livellatelo con una spatola e poi affogatevi i fichi puliti e tagliati a metà (tenendo la parte tagliata verso l'alto). Cospargete con il cioccolato fondente tritato e cuocete il dolce nel forno già caldo per 35–40 minuti.

CROSTATA DI FARRO CON CREMA AL LIME

FACILE
PER 10 PERSONE
PREPARAZIONE 1 ORA + RIPOSO
COTTURA 30 MINUTI
450 CAL/PORZIONE

per la base 200 g di farina di farro – 100 g di farina 0 – 150 g di burro + quello per lo stampo – 150 g di zucchero di canna fine – 1 uovo – 1 limone non trattato – sale
per la crema 750 ml di latte – 6 tuorli – 150 g di zucchero – 90 g di farina – 15 g di amido di mais – 1 baccello di vaniglia – 1 foglia di alloro – 1 lime non trattato
per il decoro 5 fichi

1 Montate il burro morbido con lo zucchero di canna e la scorza grattugiata del limone fino a ottenere un composto spumoso, quindi incorporatevi l'uovo, lavorando ancora con le fruste per farlo assorbire completamente.

2 Aggiungete le farine e un pizzico di sale e lavorate l'impasto prima con una spatola, poi trasferitelo sul piano di lavoro e continuate ad amalgamare fino a formare una palla; appiattitela un po', avvolgetela in pellicola per alimenti e fatela riposare in frigo per almeno 2 ore.

3 Per la crema, dividete a metà, in senso orizzontale, il baccello di vaniglia e prelevate i semini con un coltellino.

Scaldate il latte in un pentolino, unite i semini di vaniglia, la foglia di alloro e qualche pezzetto di scorza di lime. Togliete dal fuoco e lasciate in infusione per 20 minuti. In una casseruola lavorate i tuorli con lo zucchero; unite al composto la farina e l'amido di mais setacciati e mescolate, quindi unite, poco alla volta, il latte tiepido, filtrato. Fate addensare la crema sul fuoco a fiamma dolcissima, poi coprite con un disco di carta da forno a contatto della superficie e lasciate raffreddare.

4 Stendete la pasta frolla sul piano infarinato a 1/2 cm di spessore e trasferitela in uno stampo imburato da 24 cm di diametro; bucherellate il fondo con una forchetta, coprite con un foglio di carta da forno, riempite con una manciata di fagioli secchi, e infornate a 180° per 20 minuti. Poi eliminate i fagioli e la carta e fate cuocere altri 10 minuti. Togliete dal forno e fate raffreddare completamente.

5 Versate la crema al lime nel guscio di frolla, livellatela con il dorso di un cucchiaino e decorate la superficie con i fichi lavati tagliati a fettine e, se vi piace, scorzette di lime. Fate riposare la crostata in frigo almeno 1 ora prima di servirla.



A pagina 81: piatto piano e piattino dessert Pomax, tovagliolo La Fabbbrica del Lino, coltello Rivadossi Sandro.

A pagina 82: piatto La Fornacina Ceramic Studio, piattini con torta Serax, piattino bianco Francesca Reitano Ceramica, tessuto C&C Milano.

A pagina 83: piatto Serax, piattino Arte nel Pozzo, tazzine La Topaia Laboratorio di Ceramica, paletta Lene Bjerre, tessuto C&C Milano.

A pagina 84: alzata realizzata con piatto e ciotola La Topaia Laboratorio di Ceramica, tovagliolo Once Milano.

A pagina 86: piatto La Fornacina Ceramic Studio, tovagliolo La Fabbbrica del Lino.

A pagina 87: coppa in vetro Coincasa, piatto piano Arte nel Pozzo, tessuto C&C Milano.

Indirizzi a pagina 122

BONTÀ DI FINE ESTATE

I FICHI CHE MATURANO IN QUESTO PERIODO (DA AGOSTO A SETTEMBRE), SONO CHIAMATI IN GERGO "FICHI VERI" O "FORNITI", PER DISTINGUERLI DAI "FIORONI", CHE, COME TRADISCE IL NOME, NON SONO FRUTTI MA INFIORESCENZE, E MATURANO INVECE DALLA PRIMAVERA A INIZIO ESTATE. TRA I SETTEMBRINI, QUELLI NERI SI FANNO PARTICOLARMENTE APPREZZARE IN PASTICCERIA PER LA POLPA SODA COLOR ROSSO VIVO CHE RIMANE INTEGRA ANCHE DOPO LA COTTURA AVVOLGENDO IL PALATO CON LA SUA NOTA ZUCCHERINA. IDEALE L'ABBINAMENTO CON CREME A BASE DI YOGURT, PANNA O MASCARPONE, OLTRE AL MATRIMONIO FELICE CHE CELEBRANO CON IL CIOCCOLATO. IN OGNI CASO PER UN RISULTATO PERFETTO È BENE SCEGLIERLI SODI E COMPATTI: SE FOSSERO TROPPO MATURI RISCHIEREBBERO DI SPAPPOLARSI, MESCOLANDOSI ALL'IMPASTO. SE LI UTILIZZATE FRESCHI PER DECORARE, AGGIUNGETELI ALL'ULTIMO O TENETE IL DOLCE IN FRIGORIFERO FINO AL MOMENTO DI SERVIRLO.

TORTA DI MANDORLE E YOGURT

FACILE
PER 10 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 1 ORA
400 CAL/PORZIONE

250 g di burro morbido – 300 g di zucchero – 4 uova – 300 g di farina di mandorle – 150 g di farina 00 – 150 g di yogurt greco – 6 fichi – 1 baccello di vaniglia – sale
per il decoro 300 g di yogurt greco – 3 cucchiaini di zucchero a velo – 3 fichi

1 Incidete a metà, nel senso della lunghezza, il baccello di vaniglia e prelevate i semi con un coltellino. Montate con le fruste il burro morbido con 250 g di zucchero e i semi di vaniglia, fino a ottenere un composto soffice e chiaro; unite le uova sgusciate e leggermente sbattute, aggiungendo un altro uovo solo quando il precedente sarà stato assorbito. Unite al composto la farina di mandorle e la farina 00 setacciata, poi incorporate lo yogurt greco e un pizzico di sale e mescolate con una spatola per amalgamare gli ingredienti.

2 Imburrate uno stampo a cerniera da 20 cm di diametro con il bordo alto e coprite il fondo con un disco di carta da forno; versate all'interno il composto preparato e livellatelo con il dorso di un cucchiaio; quindi affondete sulla superficie dell'impasto i fichi lavati e tagliati a spicchi, disponendoli a raggiera.

3 Cospargete la superficie del dolce con lo zucchero rimasto e cuocete in forno a 170° per 1 ora. Verificate la cottura con la prova dello stecchino. Poi sformate la torta e fatela completamente raffreddare su una gratella. Al momento di servire, decorate la torta con una crema preparata mescolando lo yogurt greco dolcificato con 3 cucchiaini di zucchero a velo e infine completate con i fichi freschi tagliati a spicchi.

GALETTE CON BISCOTTI E PINOLI

FACILE
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI + RIPOSO
COTTURA 30 MINUTI
380 CAL/PORZIONE

per la pasta 225 g di farina tipo 1 – 55 g di zucchero semolato – 100 g di burro – 2 cucchiaini di aceto – sale
per la farcitura 8 fichi – 10 biscotti al cacao – 80 g di pinoli – 2 cucchiaini di zucchero di canna

1 Per la pasta, miscelate in una ciotola la farina con lo zucchero e un pizzico di sale, quindi incorporatevi il burro tagliato a pezzettini, lavorando il meno possibile gli ingredienti; aggiungete poi l'aceto e 50 ml di acqua fredda e impastate ancora fino a formare un panetto, schiacciatelo un po', avvolgetelo in un foglio di pellicola per alimenti e fatelo riposare in frigorifero per almeno 1 ora. Lavate i fichi, asciugateli delicatamente con carta assorbente da cucina e tagliateli a spicchi.

2 Eliminate la pellicola e stendete la pasta con il matterello su un foglio di carta da forno in disco di 30 cm di diametro e 1/2 cm di spessore. Trasferitelo su una placca, aiutandovi con il foglio di carta da forno. Distribuitevi sopra i biscotti al cacao sbriciolati grossolanamente lasciando libero un bordo di circa 5-6 cm. Disponete sui biscotti i fichi a spicchi e infine cospargete con i pinoli. Ripiegate il bordo di pasta libero verso il centro, poi spolverizzate la superficie con lo zucchero di canna.

3 Cuocete la galette nel forno già caldo a 180° per 30 minuti, finché la superficie risulterà caramellizzata. Fatela raffreddare prima di servirla.

COPPA CON CREMA DI RICOTTA, PISTACCHI E SCIROPPO D'ACERO

FACILE
PER 16 PERSONE
PREPARAZIONE 50 MINUTI
COTTURA 20 MINUTI
800 CAL/PERSONE

per la pasta biscotto 150 g di burro morbido – 120 g di zucchero – 60 g di farina – 1/2 cucchiaino di lievito per dolci – 180 g di farina di pistacchi – 4 albumi
per la farcitura 24 fichi – 800 g di ricotta – 400 g di mascarpone – 400 ml di panna fresca – 150 g di zucchero – 100 g di granella di pistacchi – 100 ml di sciroppo d'acero

1 Montate il burro morbido con lo zucchero fino a ottenere un composto spumoso; incorporate la farina setacciata con il lievito, poi la farina di pistacchi e infine gli albumi montati a neve. Con una matita disegnatte su 2 fogli di carta da forno 2 cerchi da 20 cm e distribuitevi sopra il composto seguendo la circonferenza dei dischi (sbordate un po'). Infornate i dischi a 170° per 20 minuti, poi fate raffreddare e rifilate i bordi.

2 Per la farcitura, lavorate la ricotta in una ciotola con lo zucchero; poi incorporate la panna, montata con il mascarpone.

3 Sul fondo di una grande coppa da circa 20 cm di diametro fate uno strato di fichi tagliati a spicchi, cospargete con 1/3 di granella di pistacchi e 2 cucchiaini di sciroppo d'acero, quindi coprite con 1/3 della crema di ricotta. Adagiate sulla crema un disco di pasta e fate un secondo strato di granella, fichi, sciroppo d'acero e crema. Coprite con il secondo disco e completate con la granella, la crema, i fichi a spicchi e lo sciroppo d'acero rimasti.

4 Decorate, se vi piace, con pistacchi tritati grossolanamente. Fate riposare in frigo. Se volete, potete dimezzare tutte le quantità e preparare il dolce per 8 persone: utilizzate una coppa o una pirofila da 1,5 litri di capacità e realizzate la pasta biscotto in misura.

Un viaggio nel sapore



Fusilli della Sila con sugo di Salsiccia e 'Nduja

Ingredienti per 4 persone:

una piccola cipolla- fusilli Campo Silano
200 gr di salsiccia San Vincenzo
un cucchiaino di Nduja di Spilinga San Vincenzo- un kg di pomodori freschi o salsa
due cucchiaini di Pecorino Crotonese
olio EVO- un bicchiere di vino rosso
4 foglie di basilico- sale q.b.

Procedimento: affettate la cipolla e fatela appassire in tre cucchiaini di olio evo. Aggiungete la salsiccia sbriciolata, soffriggete e sfumate poi con il vino. Fate evaporare l'alcool e incorporate la 'Nduja, i pomodori a pezzetti e il basilico. Mettete a cuocere il tutto per 20 minuti. Lessate i fusilli, condite la pasta con la salsa e unite del pecorino Crotonese. Sedetevi a tavola e gustate il sapore unico di un piatto con gli ottimi salumi San Vincenzo



SanVincenzo

VERO SALUME DI CALABRIA

www.sanvincenzosalumi.it



Vi raccontiamo una storia: quella dei salumi tipici calabresi. In Sila, tra natura e aria purissima, produciamo specialita' che appartengono al nostro territorio. Scegliamo con cura carni di qualita', le prepariamo con un'attenta salagione e in seguito le aromatizziamo con i profumi della nostra regione. Puoi trovare i nostri sapori nei migliori negozi e supermercati e puoi gustare la nostra storia negli spot di Canale 5.

pizzette & FOCACCINE

IL PIACERE INIZIA CON IL PROFUMO CHE
EMANA DAL FORNO E PROSEGUE CON
L'ASSAGGIO DI QUESTI BOCCONCINI
INUSUALI, DAGLI INASPETTATI SAPORI

a cura di Monica Pilotto, foto Archivio Sale&Pepe





PIZZETTE CON PESTO E GAMBERI

FACILE
PER 4 PERSONE
PREP. 20 MINUTI + RIPOSO
COTTURA 25 MINUTI
650 CAL/PORZIONE

350 g di pasta da pane – farina per la lavorazione – 200 g di gamberi sgusciati – 250 g di mozzarella di bufala – 500 g di zucchinette – 60 g di foglie di basilico – 30 g di parmigiano reggiano Dop grattugiato – 30 g di pinoli – 2 cm di zenzero fresco – olio extravergine d'oliva – sale

1 Lavate e spuntate le zucchinette, tagliatele a fettine sottili nel senso della lunghezza, salatele e lasciatele su un tagliere inclinato 1 ora, poi sciacquatele e asciugatele. Tritate la mozzarella, salatela leggermente, mettetela in un colino e lasciatela sgocciolare per 30 minuti. Portate a ebollizione una casseruola di acqua salata lo zenzero a fettine, tuffatevi i gamberi e cuoceteli per 4 minuti.

2 Passate le foglie di basilico con un panno umido e pestatele in un mortaio (o passatele al mixer) con il parmigiano, i pinoli e 8 cucchiaini circa di olio fino a ottenere un pesto omogeneo.

3 Dividete la pasta in 4 porzioni, tiratela con le mani infarinate e sistematele su una teglia oliata o foderata con carta da forno. Distribuite sopra la mozzarella, condite con un filo d'olio e passate in forno già caldo a 240° per 15 minuti. Togliete le pizette dal forno, distribuite sopra i gamberi, le zucchine e un filo d'olio e mettete di nuovo in forno per altri 5-7 minuti. Completate con il pesto e servite.

FOCACCINE CON PEPERONI E CAPRINO

MEDIA
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 15 MINUTI
COTTURA 35 MINUTI
390 CAL/PORZIONE

700 g di pasta da pane – farina per la lavorazione – 2 peperoni rossi – 2 peperoni gialli – 200 g di formaggio troncetto di capra – basilico – germogli misti – 60 g di olive denocciolate – olio extravergine d'oliva – sale

1 Passate i peperoni sopra la fiamma del fornello o cuoceteli in forno finché la pelle non sarà annerita e sollevata, poi lasciateli raffreddare in un sacchetto di carta; spellateli, eliminate semi e filamenti, tagliateli a quadrotti e conditeli con un filo di olio e sale.

2 Dividete la pasta da pane in 8 stampini del diametro di cm 10 circa (appoggiateli su un piano infarinato), spennellate la superficie con

un'emulsione d'olio e acqua in parti uguali (circa 2 cucchiaini di acqua e 2 di olio), cospargete con le olive e cuocete in forno già caldo a 200° per 30 minuti.

3 Togliete le focaccine dal forno, lasciatele raffreddare, poi tagliatele a metà e farcitele con i peperoni; aggiungete il formaggio tagliato a fettine, qualche foglia di basilico lavato e asciugate e germogli misti; servite su un tagliere o sul piatto da portata.

FOCACCINE ALL'ACETO BALSAMICO

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 15 MINUTI + RIPOSO
COTTURA 25 MINUTI
385 CAL/PORZIONE

250 g di pasta da pane già lievitata
– **250 g di semola di grano duro**
– **farina per la spianatoia** – **0,7 dl di aceto balsamico** – **5 g di lievito di birra disidratato** – **1 mazzetto misto di erbe aromatiche** – **50 g di parmigiano reggiano Dop grattugiato** – **olio extravergine d'oliva** – **sale**

1 Versate 0,6 dl di aceto balsamico in una casseruola e fatelo sobbollire finché si sarà ridotto a metà. In una ciotola mescolate la pasta da pane, la semola, l'aceto balsamico, il lievito sciolto in 1 dl di acqua tiepida e 1 cucchiaino di sale. Lavorate l'impasto finché sarà omogeneo, trasferitelo in una ciotola oliata, coprite con un canovaccio umido e lasciatelo lievitare per 3 ore.

2 Dividete l'impasto in 12 pezzi, formando dei bocconcini; coprite con un canovaccio e lasciate lievitare ancora 1 ora. Sul piano di lavoro infarinato schiacciate i bocconcini con i polpastrelli, dal centro verso l'esterno, formando delle focaccine. Cuocete in forno già caldo a 200° per 20 minuti; a metà cottura, spolverizzate le focaccine con il parmigiano.

3 Preparate un'insalatina di erbe miste tagliate grossolanamente, condite con olio e sale. Guarnite le focacce con l'insalatina, qualche goccia di aceto balsamico rimasto e servite.



RICETTA E SEGRETI PER PIZZETTE E FOCACCINE

L'IMPASTO SETACCIATE SULLA SPIANATOIA 300 G DI FARINA 00 CON 200 G DI MANITOBA (AIUTA LA LIEVITAZIONE PERCHÉ HA UN ALTO QUANTITATIVO DI GLUTINE); SCIOLGIETE 5 G DI LIEVITO DI BIRRA IN 50 ML DI ACQUA TIEPIDA, POI IMPASTATE LE FARINE CON IL LIEVITO, AGGIUNGENDO 250 ML DI ACQUA CALDA, 35 G DI OLIO E 10 G DI SALE, FINCHÉ L'IMPASTO RISULTERÀ ELASTICO E LISCIO. FATE LIEVITARE PER ALMENO 3 ORE A TEMPERATURA AMBIENTE, FINCHÉ IL VOLUME SARÀ RADDOPPIATO.

LA LAVORAZIONE PER RAFFORZARE LA MAGLIA GLUTINICA E A GARANTIRE LA TIPICA ALVEOLATURA ALLA PASTA SONO UTILI LE COSIDDETTE "PIEGHE". INFARINATE LA SPIANATOIA E SCHIACCIATE L'IMPASTO CON LE MANI, DANDOGLI UNA FORMA RETTANGOLARE. POI SOLLEVATE UN LATO

E PIEGATELO VERSO IL CENTRO, QUINDI PIEGATE VERSO IL CENTRO ANCHE IL LATO OPPOSTO. LASCIATE RIPOSARE PER 15 MINUTI, RIPETETE LA STESSA OPERAZIONE CON GLI ALTRI LATI.

LA COTTURA DIVIDETE L'IMPASTO IN 4 PANETTI, STENDETELI SOTTILI CON LE MANI E TRASFERITENE 2 PER VOLTA IN UNA TEGLIA FODERATA CON CARTA DA FORNO. SE LA RICETTA LO PREVEDE, AGGIUNGETE LA PASSATA DI POMODORO E TRASFERITE IN FORNO A 220-240° PER CIRCA 30 MINUTI. QUANDO LA PIZZA SARÀ COTTA, AGGIUNGETE MOZZARELLA E/O ALTRE FARCE E INFORNATE ANCORA QUALCHE MINUTO.

SE IL TEMPO NON C'È ACQUISTATE LA PASTA GIÀ PRONTA AL SUPERMERCATO O DAL PANETTIERE, È DISPONIBILE ANCHE IN VERSIONE INTEGRALE. SI TROVA PURE SUGELATA: PRIMA DI LAVORARLA, SCONGELATELA IN FRIGO. M.P.

PIZZETTE ALLO SQUACQUERONE

FACILE

PER 4 PERSONE

PREPARAZIONE 15 MINUTI + RIPOSO

COTTURA 40 MINUTI

510 CAL/PORZIONE

350 g di pasta da pane – farina per la spianatoia – 500 g di bietoline – 500 g di pomodorini – 150 g di squacquerone (o crescenza) – 2 spicchi d'aglio – olio extravergine d'oliva – sale

1 Lavate le bietoline, scottatele per 5 minuti in poca acqua bollente salata, scolatele, mettetele in uno scolapasta, appoggiate sopra un piatto con un peso e lasciatele riposare per qualche ora.

Tagliate a metà gli spicchi d'aglio senza sbucciarli e rosolateli in un tegame con 4 cucchiai di olio. Unite i pomodorini tagliati a metà e fateli saltare a fiamma vivace per 6-7 minuti.

2 Aggiungete le bietoline grossolanamente tritate e lasciate insaporire per altri 10 minuti, salando verso la fine. Dividete la pasta in 4 panetti, tiratela sulla spianatoia infarinata, poi sistematela su una teglia oliata o foderata con carta da forno.

3 Distribuite sopra il formaggio e a cucchiariate e le bietoline, condite con un filo d'olio e passate in forno già caldo a 240° per 20 minuti circa.



PIZZI CON ZUCCHINE, POMODORI E CIPOLLA

FACILE

PER 4 PERSONE

PREPARAZIONE 30 MINUTI

+ RIPOSO

COTTURA 30 MINUTI

200 g di farina bianca da pane o Manitoba + quella per la lavorazione – 200 g di farina di grano monococco (piccolo farro) – 20 g di lievito di birra fresco – 1 zucchina – 6 pomodori – 1 cipolla – 40 g di olive denocciolate – olio extravergine d'oliva – sale

1 Setacciate insieme le due farine a fontana sulla spianatoia, incorporate il lievito sciolto in 2,8 dl di acqua tiepida, aggiungete 2 cucchiari di olio e, per

ultimo, un pizzico di sale. Lavorate la pasta energicamente, a lungo, fino a che si staccherà facilmente dalla spianatoia, ben infarinata, dopodiché trasferitela in una ciotola oliata e fatela lievitare per 2 ore, in luogo tiepido, coperta da un canovaccio umido.

2 Lavate, spuntate e affettate a rondelle sottili la zucchina, tagliate a fette e poi a pezzetti la cipolla, spezzettate i pomodori. Salate le verdure e fatele macerare 1 ora. Quindi sciacquatele, asciugatele, mescolatele alle olive e unitele all'impasto lievitato, lavorandolo brevemente.

3 Dividete il composto in 12 panetti schiacciati, di forma irregolare, e lasciate lievitare ancora per 40 minuti circa, coperti con un canovaccio. Poi cuocete in forno a 200° per 30 minuti.



AI PIEDI DEL VULCANO
SI ESTENDE UNA REGIONE
COPERTA DI VIGNETI.
A REGNARE SU TUTTI
È IL NERELLO MASCALESE,
CAPACE DI DONARE
VINI ROSSI IMPORTANTI.
POI C'È IL NERELLO
CAPPUCCIO PER ROSSI
LEGGIADRI E IL
CARRICANTE CHE DÀ
BIANCHI DI GRANDE
RILIEVO

a cura di Monica Pilotto, testo di Sandro
Sangiorgi, ricette di Claudia Compagni,
foto di Felice Scoccimarro, styling di Alkèmia

Vini dell'Etna

Agro di Catania, primi anni Sessanta. Un nonno tiene per mano il nipotino e indica la cima dell'Etna, gli spiega che basta guardare dove va il fumaiolo per sapere che tempo sarà. Il bambino chiede: "E come fanno quelli che non hanno a' muntagna?". Questo episodio è uno dei tanti utili a capire l'importanza del vulcano nella vita dei siciliani.

Quel bambino è Salvo Foti, oggi agronomo ed enologo, figura fondamentale per la recente riscoperta del vino etneo, il cui periodo di maggiore fulgore commerciale risale al XIX secolo. Al tempo la regione etnea era coperta di vigneti e costellata di palmenti, caratteristiche costruzioni adatte a ricevere le uve e usate per la pigiatura, la fermentazione

e la torchiatura. Inoltre il porto di Riposto, situato poco sopra il capoluogo, era totalmente dedicato alla spedizione delle botti e delle prime bottiglie. Tra le virtù di quei vini c'era la "navigabilità", la resistenza ai lunghi viaggi generata dalla benefica coincidenza tra la vocazione alla longevità del vitigno principe, il Nerello Mascalese, e l'uso della lunga macerazione che contribuiva a rendere stabili i liquidi. Seppur in ritardo rispetto alle altre zone d'Europa e forse in modo meno violento, anche sull'Etna la fillossera - parassita che ha danneggiato la viticoltura a partire dalla seconda metà dell'800 - ha compromesso le viti e non si è più riusciti a rigenerare le estensioni di un tempo.

segue >

BUCATINI AL NERO CON
SEPIE, LIMONE E ZUCCHINE

pag. 102

l'abbinamento

LE ZUCCHINE FUNGONO DA ATTENUANTE DELLA Densa STRUTTURA DEL NERO DI SEPIA. IN QUESTO MODO IL PIATTO RAGGIUNGE UN LIVELLO DI EQUILIBRIO CHE PERMETTE DI APPREZZARE LA DELICATA TENSIONE TATTILE DELLE STRISCIOLINE DI SEPIA E LA LORO VIVA RELAZIONE CON I BUCATINI. IL **BIANCO VALCERASA** SI CONCENTRA SULLA FUSIONE DEGLI INGREDIENTI, PORTANDO IN DOTE LA FINEZZA DELLE VITI DI CARRICANTE E LA SUA ABILITÀ NELL'ACCOMPAGNARE FINO IN FONDO. PIÙ CORALE E AROMATICO L'APPROCCIO DEL **VERSANTE NORD**, SENSIBILE AI PARTICOLARI E NETTO NEL RETROGUSTO. È IL **ROSATO ALNUS** A FARSI CARICO DELLA CORPOREA RADICALITÀ DEL NERO DI SEPIA E A RESTITUIRCI IL MARE.



LAVATA A FONDO, COME SOLO I MICROGRANULI SANNO FARE

Amiamo tutti la frutta e la verdura. Per poterle gustare in tutta tranquillità, scegli **Bicarbonato Solvay® Frutta & Verdura in Microgranuli**: una nuova formulazione, ancora più efficace per una pulizia profonda, che rispetta i sapori originali. Prova **Bicarbonato Solvay® Frutta & Verdura in Microgranuli** e vivi al meglio i cibi che ami.

SOLVAY®
BICARBONATO
DI SODIO PURISSIMO

Scopri tutti gli usi di Bicarbonato Solvay® su bicarbonato.it. Seguici anche su



YouTube

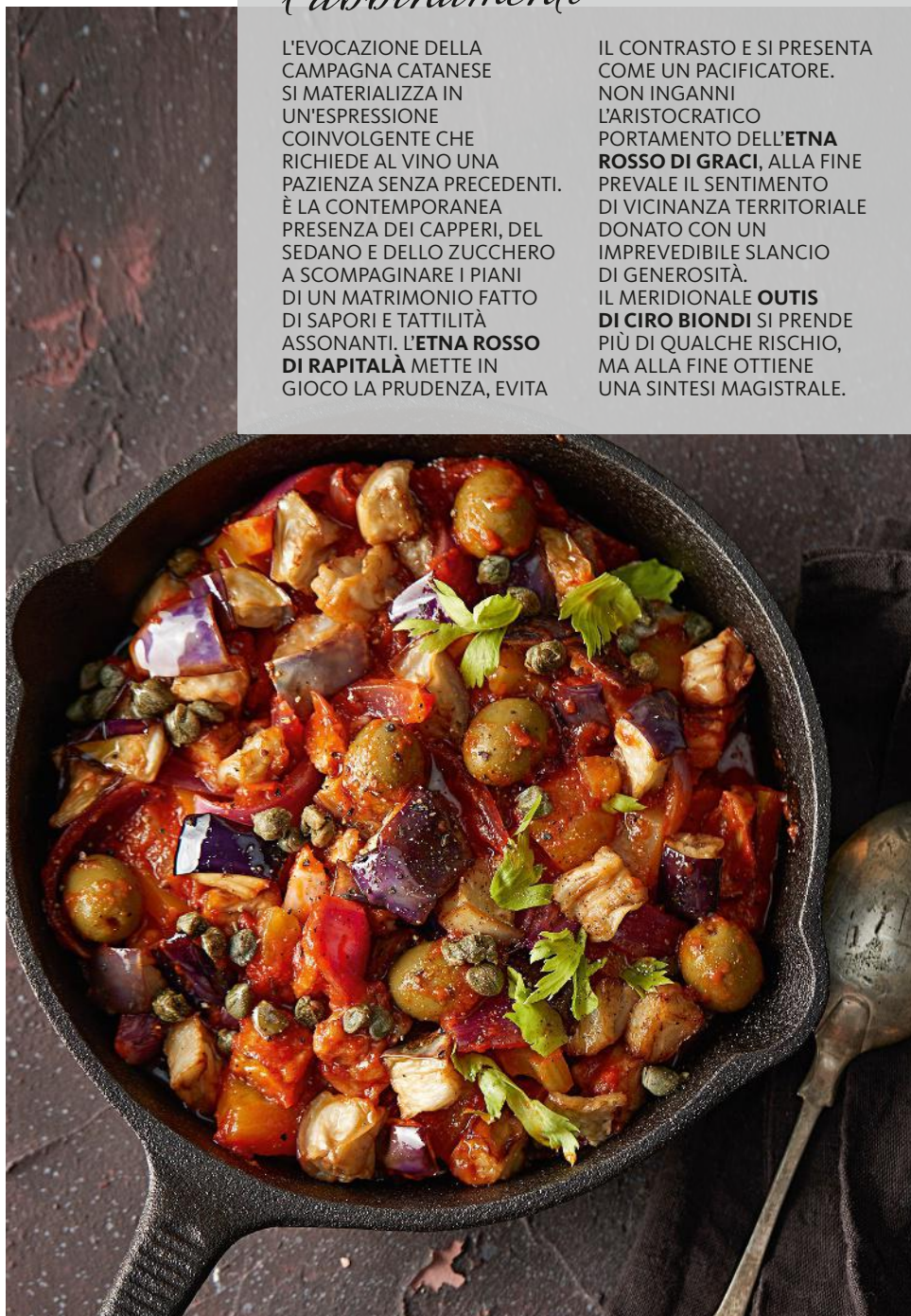


PADELLATA DI VERDURE

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 40 MINUTI
170 CAL/PORZIONE

400 g di melanzane violette
– **2 peperoni gialli** – **1 grossa cipolla rossa** – **1 spicchio d'aglio** – **500 g di pomodori perini** – **1 cucchiaino di capperi sotto sale** – **50 g di olive** – **1 cuore di sedano verde** – **1 cucchiaino di zucchero di canna** – **olio extravergine d'oliva** – **olio di arachide** – **sale**

1 Scottate i pomodori perini in acqua in ebollizione per 30 secondi, scolateli, lasciateli raffreddare e pelateli. Passate la polpa attraverso un passaverdure montato con il disco a fori fini. Lavate e asciugate le melanzane, eliminate il picciolo e tagliate la polpa a dadi di circa cm 2 per lato.
2 Scaldate abbondante olio di arachidi in una padella, unite le melanzane e friggetele finché saranno dorate. Scolatele su carta per fritti e insaporitele con una presa di sale. Lavate e mondate i peperoni e tagliateli a tocchetti; sbucciate la cipolla e tagliatela a spicchi sottili; quindi riducete il sedano a fettine. Scaldate 3 cucchiaini di olio extravergine d'oliva in casseruola, unite la cipolla, il sedano, i peperoni e l'aglio sbucciato, regolate di sale e cuocete per 5 minuti.
3 Aggiungete la polpa dei pomodoro, lo zucchero e i capperi dissalati in acqua tiepida per 20 minuti, regolate di sale e cuocete per 20 minuti. Unite le melanzane e le olive e proseguite la cottura per altri 5 minuti. Lasciate raffreddare e servite.



l'abbinamento

L'EVOCAZIONE DELLA CAMPAGNA CATANESE SI MATERIALIZZA IN UN'ESPRESSIONE COINVOLGENTE CHE RICHIEDE AL VINO UNA PAZIENZA SENZA PRECEDENTI. È LA CONTEMPORANEA PRESENZA DEI CAPPERI, DEL SEDANO E DELLO ZUCCHERO A SCOMPAGINARE I PIANI DI UN MATRIMONIO FATTO DI SAPORI E TATTILITÀ ASSONANTI. L'**ETNA ROSSO DI RAPITALÀ** METTE IN GIOCO LA PRUDENZA, EVITA

IL CONTRASTO E SI PRESENTA COME UN PACIFICATORE. NON INGANNI L'ARISTOCRATICO PORTAMENTO DELL'**ETNA ROSSO DI GRACI**, ALLA FINE PREVALE IL SENTIMENTO DI VICINANZA TERRITORIALE DONATO CON UN IMPREVEDIBILE SLANCIO DI GENEROSITÀ. IL MERIDIONALE **OUTIS DI CIRO BIONDI** SI PRENDE PIÙ DI QUALCHE RISCHIO, MA ALLA FINE OTTIENE UNA SINTESI MAGISTRALE.

Anzi, il progressivo abbandono delle campagne ha ridotto il vigneto etneo a poco più di 2.500 ettari (nel 1890 erano oltre 50.000). Il vulcano attivo più alto della placca euroasiatica contiene innumerevoli paesaggi naturali: nel giro di pochi chilometri si passa da un ambiente subtropicale a condizioni montane. I contadini hanno saputo armonizzare differenti coltivazioni, sfruttando le opportunità offerte dal luogo, come l'uso delle pietre per costruire i palmenti e la custodia delle terrazze agricole attraverso i muri a secco. I versanti dell'Etna viticolo sono tre. Nel quarto, quello a ovest, dove c'è Bronte, prevale la coltivazione dei pistacchi.

Le differenze climatiche hanno influenzato anche l'altitudine dei vigneti che non scende mai sotto i 400 metri e in diversi punti supera i 1000, come nel versante meridionale dove ci sono forti escursioni termiche e il terroir conserva vitigni antichi e vigneti piantati prima della fillossera. Il versante est ha un paesaggio d'incantevole varietà, anche in virtù della particolare piovosità.

In alto, nel comune di Milo, ci sono le condizioni per fare un buonissimo bianco, appena si scende verso il mare compare l'agrumeto e da Viagrande e Sant'Alfio si arriva a Giarre e a Riposto.

segue >



IMPANATA DI MAIALE

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI + RIPOSO
COTTURA 45 MINUTI
440 CAL/PORZIONE

400 g di pasta da pane – 400 g di carne macinata di maiale – 1 grosso limone – 100 g di caciocavallo – farina – olio extravergine d'oliva – sale – pepe nero

1 Riunite in una ciotola la carne con il succo di limone filtrato, una presa di sale, una generosa macinata di pepe e il caciocavallo grattugiato con una grattugia a fori medi.

2 Impastate gli ingredienti e lasciateli insaporire per 10 minuti. Prelevate i 2/3 della pasta da pane, stendetela sulla spianatoia leggermente infarinata fino a ottenere una sfoglia rotonda di 2–3 mm di spessore, poi trasferitela in uno stampo di 20 cm di diametro, rivestito con carta da forno.

3 Bucherellate il fondo con i rebbi di una forchetta, riempite lo stampo con il composto di carne e livellatelo in superficie. Stendete la pasta rimasta in un disco dello stesso spessore del precedente, trasferitelo sopra il ripieno, tagliate via la pasta eccedente e ripiegate i bordi in modo da formare un cordoncino. Bucherellate la superficie, spennellatela con un cucchiaino di acqua emulsionata con uno di olio e cuocete nella parte bassa del forno già caldo a 180° per 45 minuti. Servitela tiepida.

l'abbinamento

QUESTA È UNA RICETTA SUCCULENTA CAPACE DI ESALTARE LA FIBRA DEL NERELLO MASCALESE, E NON SI TRATTA SOLTANTO DELLA SUA PROGRESSIVA GRASSEZZA, MA ANCHE DELLA DENSITÀ CHE SI COMPONE NEL RIPIENO E NELLA SAPOROSA RELAZIONE TRA GLI

INGREDIENTI. IL **NERELLO MASCALESE DI CALABRETTA** COMINCIA LENTO, I PROFUMI ETEREI SPOSANO IL LATO SPEZIATO E, PUR NELLA SUA TANNICA PRESENZA, È CON L'ALCOL CHE COMPONE LA FUSIONE DELLE PERSISTENZE. L'**ALBERELLO DI SRC** CONSEGNA UN CONFRONTO PIÙ DIRETTO,

COME TRA AZIONE E REAZIONE, MERITO DELLA SUA PRESENZA GUSTATIVA, AL TEMPO STESSO SOLIDA E SENSUALE. LA VARIETÀ DI UVE CON CUI È FATTO IL **VINUPETRA** TRASFERISCE L'ACCOSTAMENTO ANCHE SUL PIANO "CULTURALE" E NE ESPLORA I DETTAGLI, RIVELANDONE A UNA A UNA LE RADICI.

La zona nord è delimitata dalla valle dell'Alcantara, fiume che divide la provincia di Catania da quella di Messina, le cui terre non vulcaniche, bianche di arenaria, determinano un netto contrasto di ambiente e vegetazione rispetto a quelle scure dei comuni di Randazzo e Castiglione, dove nascono i migliori rossi da invecchiamento.

I vitigni principali sono tre. Il già citato Nerello Mascalese, sempre più diffuso e in grado di donare vini importanti, capaci di appassionanti evoluzioni. A tavola misuriamo la sua energia giovanile, frutto della relazione tra acidità e tannini, su carni grasse e dal gusto intenso, come quelle di

suino dei Nebrodi o di pecora, capra e asino cotte a lungo; l'affinamento nel vetro rende il bouquet e la stoffa gustativa l'ideale compendio per formaggi saporiti di media stagionatura. Poi c'è il Nerello Cappuccio, da sempre in uvaggio con il Mascalese a comporre dei rossi leggiadri e dai profumi accattivanti, adatti alla vivace cucina di pesce, zuppe di legumi e pesce, melanzane ripiene o stufate con peperoni. Il Carricante, coltivato quasi solo nel versante orientale, dà bianchi di assoluto rilievo, sia per la sensibilità verso elaborate ricette vegetariane, sia per antipasti e primi di pesce e vegetali delicati, senza l'uso di pomodoro.



COSTADORO

Da questa CONCEZIONE-GREEN hanno origine vini BIOLOGICI in grado di incontrare le esigenze del consumatore più attento alla qualità e alla salvaguardia dell'ecosistema naturale.

Il vino rosso biologico LO PURO è la migliore espressione di una filosofia che unisce tradizione e innovazione... un'esplosione di aromi che coinvolge i sensi.

www.vinicostadoro.com | seguici su  

le nostre scelte

9 bottiglie selezionate privilegiando varietà del territorio e approccio naturale nei criteri di produzione



Etna Bianco, Valcerasa, C.da Croce Monaci, Randazzo (Ct), 347 6558189, € 21 Nasce sul versante est a 850 metri s.l.m. da viti di Carricante; setoso e vivo, a lui riserviamo ricette di pesce bianco elaborate con vegetali d'autunno.



Versante Nord Eduardo Torres Acosta, Montelaguardia (Ct), 366 4864691, € 23 Ottenuto da diverse varietà bianche, tra cui Minnella, Carricante e Catarratto, il corpo abbraccia senza trattenere; merita delicati frutti di mare.



Etna Rosato Alnus I Custodi delle Vigne dell'Etna Castiglione di Sicilia (Ct), 335 6159742, € 19 La pressatura soffice di Mascalese e Cappuccio rilascia un'eterea colorazione rosa. Il sapore si dipana con disinvoltura e si accosta agli antipasti.



Etna Rosso, Rapitalà, Camporeale (Pa), 0924 37233, € 23 È Nerello Mascalese in purezza, le vigne sono a Randazzo, la maturazione in barrique gli dona un'accattivante densità da spendere su primi con sughi di carne piccanti.



Etna Rosso, Graci, Castiglione di Sicilia (Ct), 366 2284844, € 21 Dalla frazione di Passopisciaro, versante nord, ecco il rosso 100% Nerello Mascalese in una versione di rara grazia, ideale su importanti ricette autunnali di terra.



Outis Etna Rosso, Az. Agr. Biondi, Trecastagni (Ct), 392 1179746, € 21 Viti di quarant'anni situati nel versante sud: la felice unione tra Mascalese e Cappuccio è gratificata dall'accostamento con una parmigiana di melanzane.



Nerello Mascalese, Calabretta, Randazzo (Ct), 010 5704857, € 25 I vini di Calabretta escono in commercio dopo una lunga maturazione, il tono vissuto e la finezza dei tannini li rendono tra i migliori per accostarsi a piatti a base di formaggi.



Alberello, SRC Crasà, Randazzo (Ct), 349 7135539, € 40 Partecipano Mascalese, Cappuccio e altre uve dalle contrade Crasà e Calderara. La sua bellezza sanguigna va sull'arrosto di maiale con erbe aromatiche.



Vinupetra, I Vigneri di Salvo Foti, Milo (Ct), 366 6622591, € 40 Nasce da alberelli centenari di Mascalese, Cappuccio, Alicante e Francis, è concreto e corroborante, voluttuoso e perciò sensibile ai piatti siciliani della cucina di carne.

Prezzi forniti dalle aziende: possono subire variazioni a seconda del rivenditore

si serve così

Per il sommelier che è in voi I BIANCHI DELL'ETNA SONO QUASI SEMPRE REALIZZATI SENZA LE BUCCE. APPREZZIAMO LA LORO FINEZZA LONGILINEA E LA PUNTUTA FRESCHEZZA A 9-11°; LE VERSIONI PIÙ SEMPLICI SONO DA BERE ENTRO 3-5 ANNI, LE MIGLIORI MERITANO DI

AFFINARSI ANCHE PER 7-10 ANNI. I RARI E INTERESSANTI CASI DI ROSATO POSSONO ARRIVARE NEL CALICE A 10-12°. SERVIAMO A 13-15° I ROSSI OTTENUTI DAI DUE NERELLI IN UVAGGIO, VINI DA CONSUMARE NEL GIRO DI 3-5 ANNI. LE SPECIALITÀ DI MAGGIOR SPESSORE ESPRIMONO

LA LORO RICCHEZZA A 15-18° E AFFRONTANO CON DISINVOLTURA DAI DIECI AI VENT'ANNI DI AFFINAMENTO, DURANTE I QUALI RIVELANO UN ECCELLENTE POTENZIALE DI EVOLUZIONE. QUESTI VINI SI ESPRIMONO AL MEGLIO IN CALICI CAPACI E SLANCIATI.



BUCATINI AL NERO CON SEPIE, LIMONE E ZUCCHINE

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 20 MINUTI
420 CAL/PORZIONE

320 g di bucatini – 400 g di seppie – 1 dl di vino bianco – 1 spicchio d'aglio – 1 limone non trattato – 150 g di zucchini novelle – olio extravergine d'oliva – sale

- 1 Pulite le seppie tenendo da parte la vescichetta del nero, sciacquatele e tagliatele a strisciole. Sbucciate lo spicchio d'aglio, lasciatelo dorare in una padella con 4 cucchiaini di olio, poi eliminatelo.
- 2 Unite le strisciole di seppia, cuocetele su fiamma vivace per 2-3 minuti, bagnatele con il vino bianco, regolate di sale, abbassate la fiamma e cuocetele coperte per 5 minuti. Unite il nero contenuto nelle vescichette, mescolate, cuocete ancora per 1 minuto e tenete in caldo.
- 3 Lessate la pasta in acqua bollente salata. Intanto lavate le zucchini, asciugatele, eliminate le estremità e tagliatele a fettine sottili. Scaldate 4 cucchiaini di olio in una padella e friggete le zucchini per 3-4 minuti, finché saranno dorate. Scolatele su carta per fritti, salatele leggermente e tenetele in caldo.
- 4 Diluite il fondo di cottura delle seppie con un mestolo dell'acqua di cottura della pasta, scolate quest'ultima, versatela nella padella, lasciatele insaporire qualche secondo e servitela cosparsa con la scorza di limone grattugiata e le zucchini.

In questo servizio: piatti di Petra Sarda e Luca Pedone per ClayLab, posate 100Fa Milano, tovaglia Society Limonta. Indirizzi a pagina 122

**iPRESTO
cotti**

BI 

 **Ricchi
di FIBRE**

 **Senza
AMMOLLO**

 **Cottura
RAPIDA**



Si fa **PRESTO** a dire **COTTI**!

Una gamma di 7 prodotti di alta qualità di legumi e cereali biologici da cuocere in pochissimi minuti. Scegli tra fagioli rossi, ceci, piselli, lenticchie, fagioli tondini, orzo e farro.

I nostri prodotti sono disponibili sul sito **www.cerretobio.com** e nei migliori supermercati

Seguici su Instagram e Facebook

 [cerretoamantidelbiologico](https://www.instagram.com/cerretoamantidelbiologico)

 [Cerreto Amanti Del Biologico](https://www.facebook.com/CerretoAmantiDelBiologico)





Ventricina del Vastese

Dalla forma alla masticabilità, sono ben 18 i parametri di valutazione di una ventricina del Vastese: perché questo insaccato dell'Abruzzo meridionale, incluso fra i PAT (Prodotti Agricoli Tradizionali) e Presidio Slow Food, è un'eccellenza che si merita una degustazione ad hoc, come fosse un vino da intenditori.

Di pregio è la materia prima: solo le parti nobili del maiale (coscia, lombo, spalla, pancetta), fresche e di provenienza locale (o comunque nazionale); e peperone dolce, essiccato e ridotto in polvere, delle varietà regionali corno di capra o paesanello di Altino, rosso intenso. Sale, a volte peperone piccante, pepe e semi di finocchio completano gli ingredienti del salume, senza alcun conservante (il peperone ne svolge la funzione in

È UN SALUME NOBILE
DELL'ABRUZZO DEL SUD,
ROSSO VIVO COME IL
PEPERONE DELL'IMPASTO,
PICCANTE, CON GRAZIA

di Marina Cella, foto di Maurizio Lodi
Si ringrazia Michele Piccirilli di Ventricina&Dintorni
per aver fornito la ventricina

modo naturale) e additivo. La lavorazione, in gran parte artigianale, aggiunge valore al prodotto. La carne, soprattutto magra (circa l'80%), è tagliata a coltello a cubetti grossi (da 2 a 6 cm di lato), condita, impastata a mano e

insaccata in vesciche naturali di maiale, per le classiche ventricine tondeggianti, oppure in budelli dalla forma allungata. Dopo la legatura e l'asciugatura (circa 30-50 giorni), si passa alla stagionatura in ambienti freschi, per almeno 90 giorni: per evitare una disidratazione eccessiva, gli insaccati si possono rivestire con uno strato di strutto. "Produrre una buona ventricina richiede abilità, in particolare per la stagionatura di

dove trovarla

La ventricina è un salume di nicchia, realizzato da 10 piccoli produttori del Vastese (CH). Viene venduta in zona, nelle altre regioni in gastronomie fornite.

I prezzi sono elevati: da 30 €/kg.

CIAMBELLA RUSTICA FARCITA

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE
20 MINUTI
COTTURA 45 MINUTI
750 CAL/PORZIONE

**350 g di farina tipo 0 +
quella per lo stampo**
– **5 uova** – **200 g di
ventricina del Vastese**
– **200 g di formaggio
vaccino semistagionato
tipo caciotta**
– **250 ml di olio
extravergine d'oliva +
quello per lo stampo**
– **100 ml di latte**
– **1 bustina di lievito
per torte salate**

1 Con un coltello affilato tagliate la ventricina prima a fette e poi a cubetti di circa 5 mm di lato. Tagliate a cubetti della stessa dimensione anche il formaggio. Ungete con poco olio uno stampo da ciambella di 20 cm di diametro e spolverizzate con la farina.

2 Sciogliete il lievito nel latte. Rompete le uova in una terrina e aggiungete la farina, l'olio e il latte preparato. Lavorate bene l'impasto fino a ottenere una massa liscia e omogenea. Unite i cubetti di formaggio e ventricina e mescolate bene.

3 Distribuite l'impasto nello stampo e cuocete in forno a 170-180° per 45 minuti circa, fino a quando la ciambella sarà dorata. Fatela intiepidire, sformatela e servitela tiepida o a temperatura ambiente.

*Ricetta del salumificio
Ventricina&Dintorni*

pezzature così grandi (fino a 2,5 kg), molto più dei normali salami: quando si apre, può avere note acide e metalliche, come una bottiglia che sa di tappo, e il lavoro va in fumo” dice Michele Piccirilli. Titolare del salumificio Ventricina&Dintorni di Roccaspinalveti (CH), Michele unisce la sapienza familiare (come tutte le famiglie del Vastese, il nonno preparava il salume in casa, per le occasioni speciali) a una competenza moderna: alla ventricina ha dedicato la sua tesi di laurea.

Al naturale, con i primi, negli impasti

Una ventricina di qualità deve essere di una luminosa tonalità rosso-arancio, con la fetta a grana disomogenea e consistenze diverse, ma compatta: tagliata a coltello, deve rompersi. L'odore è di peperone, il gusto salato e piccante di media intensità, non acido, con sentori di carne stagionata. “Il modo migliore per gustarla è al naturale, con pane sciocco, a piacere con pomodori e caciocavallo semistagionato”, suggerisce Piccirilli. “Non mancano le ricette, soprattutto sughi leggeri al pomodoro, perfetti con la tipica pasta abruzzese, come sagne, maltagliati, spaghetti alla chitarra: questi ultimi, saltati con la ventricina, li servo con una salsa al carciofo locale di Cupello. È molto gustoso anche l'accostamento con i piatti di mare come cozze e gamberi”, conclude. Infine la ventricina dà sprint ai ripieni, alle torte salate e alla pizza, per esempio con la ricotta.



L'ARTE DI COLTIVARE patate

DOVE L'APPENNINO SI DIVIDE TRA
LIGURIA, LOMBARDIA ED EMILIA
DORMONO SOTTO TERRA, FINO
AL RACCOLTO, TUBERI ANTICHI
E PREGIATI. E I TERRENI SONO
COLTIVATI IN MODO NATURALE

Di Riccardo Lagorio, a cura di Barbara Roncarolo, ricette
di Giovanna Ruò Berchera, in cucina Claudia Compagni, foto del
servizio di Gian Marco Folcolini, foto dei piatti di Laura Spinelli

Qui sotto il campo di patate di Brallo di Pergola; sullo sfondo il Penice, una delle montagne più elevate dell'Appennino Ligure. Nell'altra pagina, la raccolta delle patate in Alta Val Tidone. A occuparsi del recupero dei tuberi è Romana Franzini (nella foto, la madre).



PATATE RIPIENE CON
TUORLO MORBIDO

pag. 110



Qui sopra Michele Ravera: nella sua azienda agricola coltiva patate Quarantine e rose profumate, dalle quali ricava un delizioso sciroppo. In alto i fiori delle patate, piccoli, gialli al centro e con delicati petali bianchi. A seconda delle varietà possono essere anche di colore rosato.



GNOCCHI DI PATATE
CON GALLINACCI

pag. 110

Qui sotto Riccardo e Gabriele Nicora, due giovani tornati alla terra: hanno rivitalizzato Bocco, frazione del comune di Brallo di Pregola. Allevano galline e coltivano le patate di montagna, senza usare sostanze chimiche o fertilizzanti.



Qui sopra la patata Quarantina tondeggiante, farinosa, compatta e a pasta bianca. È tipica dell'entroterra che va da Genova a Savona. Un'associazione che riunisce una ventina di produttori la tutela e la promuove.



BACIOCCA CON PORCINI

pag. 110

Una storia contrassegnata da alti e bassi, quella della patata. Giunta in Europa al seguito delle caravelle spagnole un secolo dopo che gli europei avevano toccato il Continente Nuovo, sino al Settecento visse confinata in stabboli e ovili, talvolta ostentata come pianta ornamentale. Neppure l'approccio laico dell'illuminismo riuscirà a sconfiggere la diffidenza dei contadini europei, continuando anche dopo la carestia del 1785, quando in Francia Louis le Dernier, Luigi XVI, impartì l'obbligo di coltivare il tubero. Per fare accettare le patate alla borghesia ci volle l'estro di Marie-Antoine Carême, che le seppe trasformare in crocchetta. Correva il 1815. Anche in Italia per avere la consacrazione di questo strano cibo venuto da lontano bisogna attendere la fine del Settecento, con *Il Cuoco galante* di Vincenzo Corrado. È in quelle pagine che per la prima volta vengono citati i celebri gnocchi di patate. Appena in tempo perché in Europa, soprattutto nei Paesi di lingua inglese, si originasse un fungo in grado di distruggerne i raccolti e causare le carestie di metà secolo. Nel Novecento le patate strapparono milioni di europei alla fame causata dalle due guerre, in Italia in particolare stimolando l'arte gastronomica in ambito familiare. E nelle aree marginali come la montagna si sostituì alla coltivazione di cereali.

Sull'Appennino genovese la patata, simbolo di sopravvivenza riconvertita in ingrediente da ricercati buongustai, è la Quarantina. "La Quarantina è adatta ai terreni sabbiosi di questa parte di montagna. Se ne hanno tracce precise di coltivazione a partire dal 1880, quando faceva parte della dote per le nubende", dichiara Michele Ravera dell'azienda agricola di Rovegno, nei pressi di Genova. Il colore della buccia è chiaro mentre la pasta è bianca, farinosa e compatta. "Nei terreni coltivo anche la Quarantina Prugnona, dalla buccia violacea. In nessuno degli appezzamenti utilizzo pesticidi, né concimi chimici: pratico infatti l'alternanza con altre colture per mantenere sempre fertile la terra" aggiunge. L'azienda agricola di Ravera fa parte del Consorzio della Quarantina (quarantina.it) che ha come obiettivo la promozione dell'agricoltura familiare e il recupero della montagna genovese ai

fini agricoli per mezzo di razze e varietà locali, anche con lo scambio di semi tra associati. Dall'orto accanto alla chiesa di San Giovanni Evangelista la strada che conduce verso nord corre tra pareti a picco e spiagge sulle anse del fiume Trebbia. Poi lo attraversa e risale verso Brallo di Pregola, in Oltrepò pavese. Poco sopra la frazione di Bocco, a un'altitudine di 1.100 metri, il ripopolamento della contrada sta avvenendo grazie alla produzione di patate, riposto nelle mani di due giovani, Riccardo e Gabriele Nicora. Hanno fondato nel 2017 La Montagnola, azienda agricola che si dedica pure alla coltivazione di legumi, tartufi e all'allevamento di galline ovaiole. Spiegano che "la brezza proveniente dal mare, i terreni ricchi di ciottoli e la forte escursione termica tra giorno e notte sono fattori favorevoli per la crescita delle patate. Conferiscono particolare profumo e gusto alle diverse varietà. Ma soprattutto le rendono sode. Anche dopo la cottura non si sfaldano". Le erbe infestanti vengono raccolte a mano per evitare il benché minimo uso di diserbanti di sintesi. "La raccolta delle patate novelle a settembre rianima la contrada. E questo aspetto rientra nello spirito del nostro lavoro".

Un ondulato mare di alberi conduce al Passo del Penice e da qui si può scegliere di scendere verso la Val Tidone. Lungo il percorso, prima di raggiungere Busseto di Pecorara, si attraversano i caratteristici Sassi Neri, formazioni di colore scuro che contrastano con quelle argillose circostanti. Sono particolarmente rinomate le patate di questa contrada dove vivono per tutto l'anno meno di 30 persone. Romana Franzini è tra i promotori del recupero della coltivazione delle patate in questo villaggio. "Le nostre patate erano rinomate già negli anni Cinquanta. In un clima di collaborazione tra gli abitanti, abbiamo imparato a selezionare le varietà più adatte ai nostri terreni, evitando soprattutto trattamenti con prodotti di sintesi. Ci hanno aiutato il clima poco piovoso e i campi privi di ristagni". Così ogni anno, a Busseto le patate si riprendono parte di bosco. Un'unica pecca: la domanda supera una scarsa, pregiata, offerta.

le nostre scelte

Azienda agricola Michele Ravera
Coltiva patate quarantine
Via Zerbo, 10
Rovegno (GE)
Telefono 3284720721
Sito: micheleravera.it

La Montagnola
Si allevano patate
senza l'uso di fertilizzanti
e stimolanti chimici
Località Bocco
Brallo di Pregola (PV)
Telefono 349.7186934

Romana Franzini
Tutto il borgo di Busseto
viene coinvolto nella
coltivazione delle patate
Località Busseto
Alta Val Tidone (PC)
Telefono 338.5972756



PATATE RIPIENE CON TUORLO MORBIDO

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA: 40 MINUTI
420 CAL/PORZIONE



4 patate di Alta Val Tidone a denominazione comunale (DE.CO.)
– 150 g di caciotta semistagionata
– 4 tuorli – 1 rametto di timo
– 40 g di burro – sale – pepe nero

1 Lavate bene le patate e strofinatele delicatamente per eliminare eventuali residui di terra. Lessatele a partire da acqua fredda senza sbucciarle per 20-25 minuti, mantenendole un poco al dente. Verificate la cottura con uno stecchino. Scolatele, lasciatele intiepidire, asportate la parte superiore nel senso della lunghezza, poi scavatele internamente con uno scavino e mettete da parte la polpa ricavata per un'altra preparazione.
2 Fate sciogliere il burro in un pentolino, unite le foglioline di timo, mescolate, spegnete e lasciate insaporire per qualche minuto. Spennellate le patate internamente ed esternamente con un po' di burro profumato, disponetele in una pirofila, insaporitele con sale e pepe all'interno, copritele con un foglio di carta da forno bagnata e strizzata e scaldatele in forno già caldo a 160° per 7-8 minuti.
3 Ritirate le patate dal forno, sistemate all'interno di ognuna una fettina di caciotta, irrorate con altro burro fuso aromatico, disponetevi sopra i tuorli e completate con lamelle di formaggio e il burro fuso rimasto. Ripassate in forno già caldo a 170° per altri 3 minuti, sfornate, guarnite all'ultimo con foglioline di timo e una generosa macinata di pepe e servite.



GNOCCHI DI PATATE CON GALLINACCI

MEDIA
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 50 MINUTI
COTTURA 60 MINUTI
500 CAL/PORZIONE

1 kg di patate del Brallo di Pregola (varietà Bintje o Desirée, tutte di dimensioni medie) – 200 g di farina + quella per infarinare – 500 g di gallinacci (finferli) – 1 piccola cipolla bianca – 1 spicchio di aglio – 3 pomodori San Marzano – 2 ciuffi di prezzemolo – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Lessate le patate a partire da acqua fredda per 25-35 minuti. Scolatele, sbucciatele subito e passatele allo schiacciap patate, facendo cadere il purè sulla spianatoia. Allargatelo con una forchetta e fatelo intiepidire.
2 Raschiate il gambo dei gallinacci, strofinateli con un panno umido, sciacquateli per togliere i residui di terra e spezzettateli. Sbucciate e affettate finemente la cipolla, poi fatela appassire in una padella con un filo di olio e lo spicchio di aglio schiacciato. Unite i gallinacci e saltateli per alcuni istanti. Scottate i pomodori in acqua bollente, eliminate la buccia, tagliateli a metà, privateli dei semi, tritateli e uniteli ai funghi. Regolate di sale, pepate e cuocete per 20 minuti. A fine cottura unite il prezzemolo tritato.
3 Impastate le patate con la farina senza lavorare troppo l'impasto, formate un grosso cilindro e lasciatelo riposare per 5 minuti. Prendete quindi un pezzo di impasto, formate un lungo salsicciotto facendolo roteare sotto i palmi delle mani sulla spianatoia ben infarinata, tagliatelo a pezzetti di circa 1,5 cm e passateli man mano sui rebbi di una forchetta o sull'apposita assicella rigata. Disponete gli gnocchi man mano su un telo infarinato.
4 Cuocete gli gnocchi in più tornate in abbondante acqua bollente salata, in modo che non si ammassino. Quando vengono a galla scolateli con un mestolo forato, conditeli con il sugo di funghi e servite subito.

BACIOCCA CON PORCINI

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 35 MINUTI + RIPOSO
COTTURA: 75 MINUTI
720 CAL/PORZIONE

600 g di patate Quarantine del Genovesato – 300 g di funghi porcini – 1 grossa cipolla dorata – 1 spicchio d'aglio – 3-4 ciuffi di prezzemolo – 300 g di farina 00 – olio extravergine d'oliva – sale – pepe nero

1 Preparate una pasta matta impastando a lungo la farina con 60 g di olio e poco più di 1 dl di acqua, fino a ottenere una pasta liscia, morbidissima, setosa e non appiccicosa. Mettetela sotto una ciotola capovolta e fatela riposare per un'ora.
2 Lessate le patate a partire da acqua fredda per 15-20 minuti, scolatele, sbucciatele e tagliatele a rondelle spesse 5-6 mm. Sbucciate la cipolla, affettatela finemente, fatela stufare dolcemente per 10-15 minuti con 4 cucchiaini di olio, poi unite le patate e spegnete.
3 Pulite i porcini: eliminate l'estremità terrosa del gambo e sciacquateli brevemente sotto un filo d'acqua, strofinandoli delicatamente con un panno umido. Affettateli e cuoceteli per 7-8 minuti in una padella con un filo d'olio e l'aglio sbucciato e schiacciato. Regolate di sale, pepate e, a fine cottura, unite il prezzemolo tritato.
4 Stendete 2/3 della pasta sulla spianatoia infarinata, fino a ottenere una sfoglia sottilissima da cui otterrete un disco di 28 cm di diametro. Adagiatelo su una teglia bassa di 24 cm di diametro, oliata e infarinata, lasciando debordare la pasta in eccesso. Punzecchiate il fondo con i rebbi di una forchetta e formate strati alternati di patate e porcini.
5 Stendete la pasta rimasta formando un altro disco sottilissimo, coprite la torta, sigillate i bordi pizzicandoli e formando un cordolo anche con la pasta inferiore. Cuocete in forno a 170° per 35-40 minuti finché sarà dorata. Lasciate riposare 15 minuti e servite.



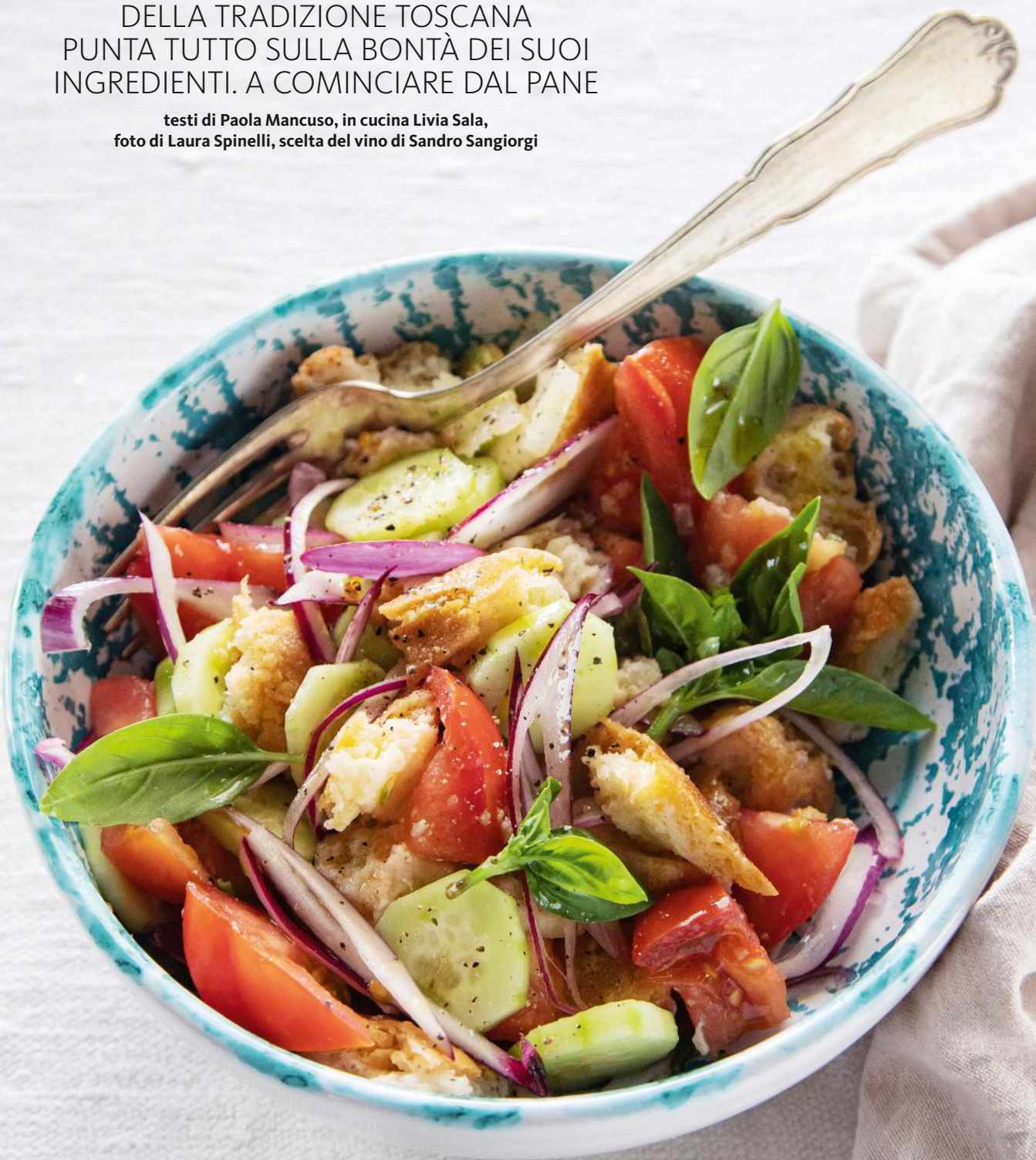
Scotch-Brite® Fresh Dotata delle innovative sfere abrasive Scotch-Brite® Scrub Dots è ideale per lavare i piatti, non trattiene i residui di cibo, rimuove le incrostazioni, pulisce rapidamente senza trattenere lo sporco né graffiare le superfici. Ideale anche per la pulizia del forno.



Panzanella

DI GRANDE SEMPLICITÀ, IL PIATTO ICONICO
DELLA TRADIZIONE TOSCANA
PUNTA TUTTO SULLA BONTÀ DEI SUOI
INGREDIENTI. A COMINCIARE DAL PANE

testi di Paola Mancuso, in cucina Livia Sala,
foto di Laura Spinelli, scelta del vino di Sandro Sangiorgi





L'ossimoro è che lo chiamano sciocco, ma il pane toscano è tutt'altro. La caratteristica assenza di sale lo rende anzi un pane furbo perché eclettico, versatile, multitasking. Il suo sapore neutro bilancia quello "tosto" di specialità del territorio come salumi e pecorini. Dura a lungo senza diventare gommoso e senza sviluppare muffe (grazie alla lievitazione con pasta acida), perciò, anche quando vecchio di più giorni, con un colpo di genio diventa l'ingrediente base di ricette-cult antiche e buonissime come ribollita, pappa al pomodoro e, appunto, panzanella. Tutti virtuosi esempi dell'arte del recupero di un alimento un tempo basilare per la sussistenza, di valore economico ma soprattutto etico, quasi sacrale. Era un grande peccato, infatti, gettare il pane. Da qui la grande ricchezza di ricette popolari toscane legate al suo riutilizzo, abbinandolo perlopiù alle verdure di stagione disponibili nell'orto.

Trionfo di sapori, con sobrietà

In una buona panzanella il pane deve dominare, e quello toscano è imprescindibile per la compattezza della mollica, di struttura consistente e alveolata al punto giusto. Utilizzando un pane condito e a grana fine il risultato sarebbe una massa molle e collosa. Di semplicità quasi disarmante, il *pane 'ntinto* (cioè intinto nell'acqua) richiede solo che gli ortaggi che accoglie ed esalta siano di ottima qualità: pomodori maturati al sole, basilico fresco che deve abbondare, l'immane extra-vergine, sapore principe della regione. La tradizione gastronomica toscana, infatti, punta sull'eccellenza delle materie prime a fronte di preparazioni fondamentalmente semplici. A questo proposito, Indro Montanelli, toscano, scriveva: "Asciutta è la loro cucina, fatta di poche cose essenziali e refrattaria alle salse che qui infatti si chiamano, con disprezzo, pasticci". La sobria bontà della panzanella già nel Cinque-

cento veniva così elogiata dal Bronzino, raffinato pittore fiorentino della corte medicea: "...un'insalata di cipolla trita colla porcellanetta e citriuoli vince ogni altro piacer di questa vita... T'ammazzeresti per due boccon soli. Considerate un po' s'aggiungessi basilico e ruchetta, oh per averne non è contratto che non si facessi". L'artista cita la ruchetta e non i pomodori, che entrarono nella nostra gastronomia tre secoli dopo, ma testimonia la presenza dei cetrioli nella ricetta fiorentina (che invece mancano nella versione senese) insieme all'erba porcellana, oggi snobbata e considerata infestante.

Alla lode del Bronzino si aggiunge poi quella di un altro toscano, Giosuè Carducci, gran buongustaio, che si rivolge così a un amico emiliano: "Che fai di là dagli Appennini? ... Vieni: la panzanella con le cipolline e il basilico è così buona la sera".



BERE GIUSTO

SPOSARE LA PANZANELLA NON È IL PRIMO PENSIERO CHE VIENE A UN VINO TOSCANO. A NON RENDERGLI LA VITA FACILE CI SONO L'ACETO E LE VERDURE CRUDE, EPPURE TRA LE MAGLIE DELLA RICETTA TROVIAMO GLI ELEMENTI: L'OLIO, LA TENERA DOLCEZZA DELLE CIPOLLE E LA CARNOSITÀ DEI POMODORI, CHE RIESCONO A EQUILIBRARE LE SENSAZIONI PUNGENTI E CROCCANTI E APRONO LA STRADA A UN ROSATO CHIANTIGIANO FRESCO E GENTILE, COME IL POGGIO A ROSI DI MELINI, PROTAGONISTA DI UN ACCOSTAMENTO NEL QUALE S'INCROCIANO ASSONANZE E CONTRASTI.

LA PAROLA ALL'ESPERTO

PAOLO GORI, QUARTA GENERAZIONE DELLA FAMIGLIA CHE DA 120 ANNI GESTISCE LA TRATTORIA DA BURDE (BURDE.IT), A FIRENZE, È ENTRATO NELLA CUCINA DEL SUO LOCALE NEL 2009. L'ANNO SCORSO HA CONQUISTATO I TRE GAMBERI NELLA GUIDA DEL GAMBERO ROSSO CHE PREMIA LE MIGLIORI TRATTORIE D'ITALIA.

CI RACCONTI LA SUA PANZANELLA.

NON ELIMINO LA CROSTA DAL PANE, COME FANNO ALCUNI, PERCHÉ PREFERISCO LASCIARE UNA NOTA DI CROCCANTEZZA. PER DARGLI COLORE AGGIUNGO PRIMA IL POMODORO CANESTRINO, PELATO, UNA VARIETÀ DALLA POLPA MORBIDA UTILIZZATA PER I SUGHI. POI AGGIUNGO RONDELLE DI CETRIOLO LUNGO, NON AMARO, CIPOLLA DI CERTALDO, DOLCE ANCHE A CRUDO, POMODORI DI VARIETÀ CROCCANTE A PEZZETTI E BASILICO. LI AGGIUNGO SOLO POCO PRIMA DI SERVIRE, PERCHÉ IL RIPOSO CON IL PANE ACETATO FAREBBE "CUOCERE" LE VERDURE E AMMOCCIARE IL BASILICO.

ESISTONO VARIANTI?

C'È CHI SCOTTA LA CIPOLLA GIÀ AFFETTATA NELL'ACETO O CHI UTILIZZA ANCHE SEDANO, CAPPERI O ALTRI INGREDIENTI, A SECONDA DELLA ZONA. AD ESEMPIO, NELLA VERSIONE TRADIZIONALE DELL'ISOLA D'ELBA È PREVISTO IL PESCE, OVVERO LA TONNINA (MAGRO DI TONNO SOTTO SALE). LA PANZANELLA È UNA SORTA DI "BASE" CHE PUÒ ACCOGLIERE UNA VARIETÀ DI ALTRI INGREDIENTI E NON BISOGNA ESSERE "TALEBANI", PERCHÉ UN TEMPO SI UTILIZZAVA CIÒ CHE ERA PIÙ DISPONIBILE, COMPRESE ERBE SELVATICHE COME LA PORCELLANA.

GLI INDIRIZZI DI SALE&PEPE

ALCUNI LOCALI DI FIRENZE
E DINTORNI CHE OFFRONO
CUCINA TRADIZIONALE.
SI CONSIGLIA DI TELEFONARE
PER VERIFICARE GIORNI
DI APERTURA E ORARI.

DA BURDE

Via Pistoiese 154, Firenze,
tel. 055 311329-317206

È IL LOCALE CHE PAOLO GORI
GESTISCE CON IL FRATELLO
ANDREA (IN SALA E AI VINI),
TAPPA OBBLIGATA IN CITTÀ
PER GUSTARE LA CUCINA
AUTENTICAMENTE TOSCANA
PREPARATA CON MATERIE
PRIME ECCELLENTI. IL MENU
CAMBIA IN BASE A
STAGIONALITÀ E MERCATO,
MA SONO IMMANCABILI I
CROSTINI COI FEGATINI E LE
ZUPPE: RIBOLLITA, FARINATA
DI CAVOLO NERO,
CARABACCIA (ZUPPA DI
CIPOLLE FIORENTINA), PAPPA
AL POMODORO. SECONDI
SOPRATTUTTO DI CARNE,
IN UMIDO (TRIPPA, PEPOSO)
E ALLA BRACE. TRA I DOLCI
DI STAGIONE, SCHIACCIATA
CON L'UVA, CROSTATA FICHI
E MANDORLE, CROSTATA DI
PERE E NOCCIOLE.

OSTERIA DEL NACCHERO

Piazza Gavinana 4, Firenze,
tel. 055 6587058

DEFILATA DAL CENTRO
STORICO, UN'OSTERIA
VECCHIA MANIERA:
RIBOLLITA, PAPPA AL
POMODORO, PICI ALLA
CARRETTIERA TRA I PRIMI.
I SECONDI SONO DI CARNE:
PEPOSO, BISTECCA ALLA
FIORENTINA E
LAMPREDOTTO, MA AL
VENERDÌ ANCHE BACCALÀ
MANTECATO O ALLA
LIVORNESE.

AGRITURISMO BORGO LA CAPRAIA

Loc. Capraia, Pulicciano,
Castelfranco di Sopra (Ar)
tel. 055 9149500

A 35 KM DA FIRENZE,
UN'AZIENDA AGRICOLA BIO
CON RISTORANTE APERTO
ANCHE AI NON OSPITI.
SI CENA NELLA VERANDA
PANORAMICA AFFACCIATA
SULLE COLLINE, GUSTANDO
PIATTI DI TRADIZIONE
TOSCANA FATTI CON LE
VERDURE PRODOTTE
DALL'AZIENDA: PANZANELLA,
PICI, PAPPA AL POMODORO,
CANTUCCI.



1



2



3



4



5



6



7



8

PANZANELLA TOSCANA

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA NESSUNA

**400 g circa di pane toscano raffermo di qualche
giorno – 2 pomodori rossi costoluti maturi ma
sodi – 1 cipolla rossa dolce (di Certaldo o di
Tropea), oppure 2 cipollotti rossi – 1 cetriolo
– 1 costa di sedano (facoltativa) – 1 mazzetto
di basilico – ottimo aceto di vino bianco o rosso
– olio extravergine d'oliva – sale – pepe**

1 Tagliate il pane a fette spesse (circa 2 cm).
2 Riempite una pirofila con 1 bicchiere
d'acqua fredda e circa 1 dl di aceto.
Fatevi rinvenire le fette di pane, senza
infradiciarle, quindi strizzatele tra
le mani per eliminare l'eccesso di liquido
e spezzettatele, raccogliendole
in una ciotola capiente.
3 Sbucciate parzialmente il cetriolo
e tagliatelo a rondelle sottili. Se volete
renderle più digeribili, mettetelo su
un piatto, cospargetele di sale, appoggiatevi
sopra un altro piatto e lasciate riposare

per circa mezz'ora. Al termine,
sciacquatele e asciugatele.

4 Sbucciate la cipolla (o pulite i cipollotti
freschi) e riducetela a fettine sottili.

5 Lavate i pomodori, asciugateli
e tagliateli a tocchetti.

6 Se l'usate, private il sedano
dei filamenti e affettatelo sottile.

7 Aggiungete tutte le verdure
preparate al pane nella ciotola.

8 Profumate con abbondante basilico
sminuzzato con le mani, una generosa
macinata di pepe, salate e mescolate.
Cospargete d'olio e lasciate insaporire
qualche istante prima di servire.



BIOLOGICO
dal 1978

PURA BONTÀ A ZERO COMPROMESSI!

Dal 1978, Probios il biologico italiano
tra etica, storia, passione e cura della terra



Non soffermarti alle apparenze.
Fai una scelta consapevole,
valuta con attenzione
ciò che leggi sulla confezione.

WWW.PROBIOS.IT

SEGUICI SU     



Si rientra al lavoro con la voglia di assicurarsi pranzi sani e genuini. Perfetto a questo scopo è il porta vivande termico Constant di **Tescoma**: in acciaio inox, a doppia camera, mantiene caffè e zuppe calde e bibite o frutta fresche più a lungo. In dotazione ha due contenitori per conservare le pietanze separate (capacità 1 l, € 34,90). Indirizzi a pagina 122

Portavivande termico

PRATICO, VERSATILE, BELLO
DA VEDERE, TRASFORMA
LA PAUSA PRANZO IN UN
MOMENTO DI VERO PIACERE

a cura di **Monica Pilotto**, testo di **Martina Liverani**,
ricetta di **Claudia Compagni**, foto
di **Felice Scoccimarro**, styling di **Alkémia**

Di solito, più un oggetto è familiare e diffuso, più ha una biografia densa di aneddoti, persone, fatti, luoghi che si intrecciano all'evoluzione degli usi e dei costumi ed evolvono insieme a un pezzo di storia del Paese. Accade così anche per il portavivande, che tutti conosciamo e abbiamo incontrato almeno una volta, se non ogni giorno. Oggetto comunissimo e indispensabile, ci accompagna per i nostri pasti fuori casa.

L'esigenza di trasportare e conservare il cibo è antica e diffusa in tutte le culture: è famoso il *bento box*, giapponese, scatola in legno laccato divisa in scomparti, e il *tiffin carrier* indiano, insieme di contenitori in acciaio, tondi e schiacciati, impilati uno sull'altro.

In Italia già nel 1833 la *gavetta* o *marmitta* faceva parte del corredo militare e serviva per contenere il rancio. Era in ferro battuto, pesantissimo. E infatti venne riprogettata nel 1930 in lamiera d'alluminio, leggera e senza saldature. Negli Anni '50 divenne popolare quella che in dialetto milanese si chiama *schiscetta*, simbolo delle fabbriche e del lavoro. Fu Renato Caimi (che intervistiamo a pagina 118) ad avere l'intuizione di produrre un contenitore a chiusura ermetica, destinato a contenere il pranzo di operai, impiegati e studenti. All'epoca non c'erano mense aziendali, take away o vending machine.

il pranzo è take away

Buona e sana la schiscetta quotidiana.
I cibi sono preparati da voi
secondo i vostri gusti. Ai nuovi lunch
box il compito di mantenerne la qualità,
strizzando l'occhio al design

BASMATI ALLA CURCUMA CON VERDURE E POLLO

FACILISSIMA
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE
20 MINUTI
COTTURA 20 MINUTI
360 CAL PORZIONE

200 g di riso Basmati
- **300 g di petto di pollo**
- **2 zucchine** - **1 cipolla**
rossa - **4 pomodori perini**
- **100 g di fagiolini**
- **1/2 limone non trattato**
- **10 g di coriandolo**
fresco - **1 cucchiaino**
di curcuma - **olio**
extravergine d'oliva
- **sale**

1 Sbucciate la cipolla e affettatela sottilmente; lavate e spuntate le zucchine, tagliatele in 4 spicchi nel senso della lunghezza e poi ancora a fettine in diagonale. Mondate i fagiolini e affettateli, scottate i pomodori in acqua bollente per 30 secondi, scolateli, lasciateli raffreddare, pelateli, eliminate i semi e tagliate la polpa a dadini.

2 Sciacquate il riso sotto acqua fredda corrente, trasferitelo in una casseruola, copritelo con acqua fredda fino a superarlo di 1 cm, aggiungete la

curcuma, mescolate e cuocete su fiamma vivace fino all'inizio dell'ebollizione.

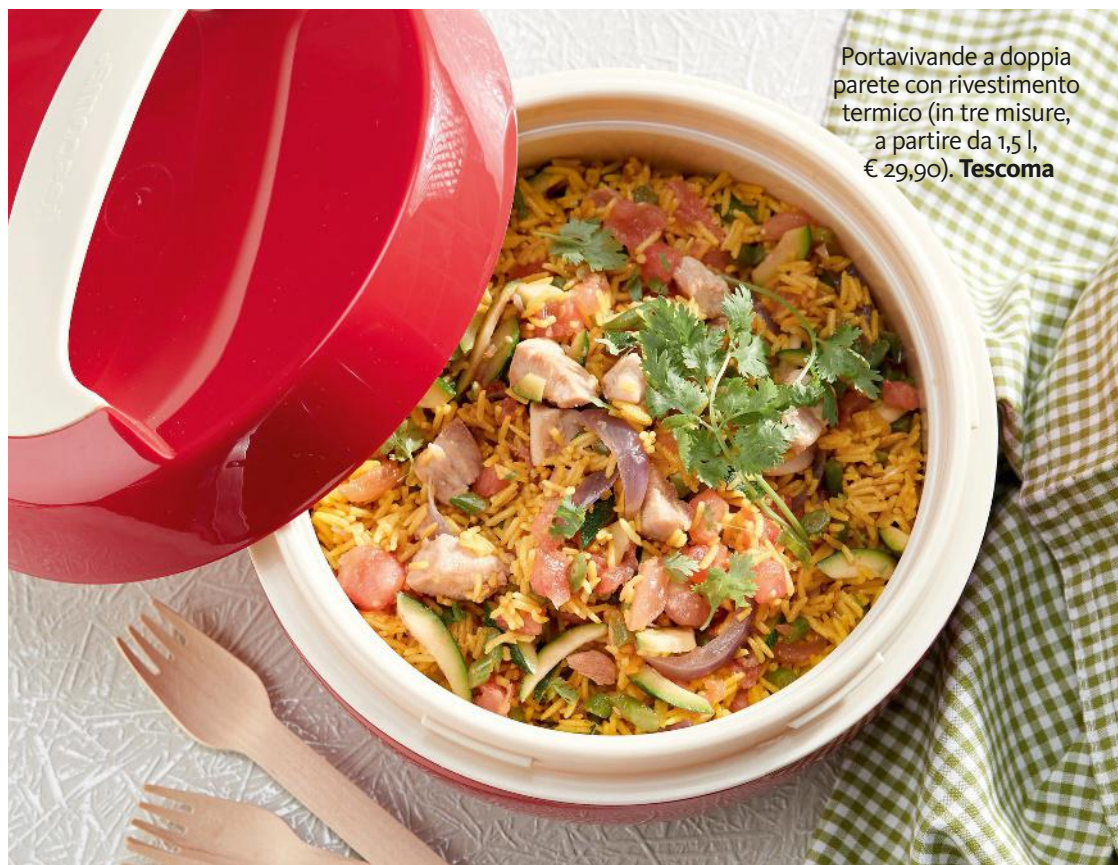
Abbassate la fiamma al minimo, coprite la casseruola e cuocete per 10 minuti.

3 Spegnete e lasciatelo riposare per 10 minuti. Intanto scaldate 4 cucchiaini di olio in una padella e cuocete il petto di pollo tagliato a dadini per 3-4 minuti. Salate, unite le verdure e cuocete per altri 5 minuti, mescolando spesso. Infine unite il riso, le foglie di coriandolo, la scorza di limone grattugiata e il suo succo, mescolate e versate nel portavivande.

Se un tempo portavivande e borracce erano l'unica possibilità per poter consumare un pasto fuori casa, oggi rappresentano un'alternativa green e salutare per la pausa, perché permettono la riduzione del packaging usa e getta e consentono di mangiare cibo sano, preparato nella propria cucina. Colorati e multiformi, sono disponibili in vari materiali. I più diffusi sono certamente l'acciaio e la plastica.

Due le caratteristiche principali di questi oggetti: la capacità di conservare il cibo alla stessa temperatura - ossia l'isolamento termico - e la chiusura ermetica. Alla base della prima vi è una scoperta importante, conosciuta come "*vaso di Dewar*" dal nome del fisico inglese James Dewar che nel 1892 capì per primo come un vaso con due pareti separate da una cavità sottovuoto avrebbe permesso al liquido contenuto all'interno di mantenere la temperatura iniziale più a lungo. Il primo "vaso a vuoto" fu prodotto nel 1904 da un'azienda tedesca, la Thermos, che ne diede quindi per sempre il nome che oggi conosciamo.

Sull'intuizione di Dewar si fondano ancora i portavivande e borracce termiche contemporanee che abbinano design moderno all'idea antica del multistrato con sottovuoto. Sono nuovi modelli maneggevoli e leggeri, colorati, high-tech e tutti con l'indispensabile chiusura ermetica. Perfetti come regalo per chi non è indifferente alle tematiche ambientali e pronti a diventare un vero e proprio oggetto di culto.



Portavivande a doppia parete con rivestimento termico (in tre misure, a partire da 1,5 l, € 29,90). **Tescoma**

utile e dilettevole

STORIE DI OGGETTI IN CUCINA



Food à Porter unisce design e funzionalità. È diviso in due contenitori, con coperchi a chiusura ermetica separati da un elemento refrigerante (€ 48). **Alessi**



Compatto e facile da trasportare, lo scaldavivande ha contenitore in acciaio inox e basta attaccarlo alla corrente per avere piatti ben caldi (€ 24,90). **Girmi**



L'ampia apertura consente di riempire facilmente il portavivande in acciaio inox lavabile in lavastoviglie; zuppe e bevande si mantengono calde fino a 6 ore (€ 10). **Ikea**



Food Flask si distingue per il design semplice ed efficace: il cucchiaino è legato al contenitore in acciaio inox grazie a un cinturino in cuoio (€ 31,60). **Bento&Co**



Va nel microonde, nel freezer e in lavastoviglie il lunch pot Ellipse, in 8 colori, composto da due contenitori ad incastro completi di coperchi (€ 16). **Rosti Mepal**



L'evoluzione della schiscetta porta la firma dei designer Spalvieri&DelCiotto: Energy lunch box è in acciaio inox a doppia parete con tappo a vite (€ 34). **Guzzini**



Elegante e compatto, grazie al manico in silicone il Food'ie lunch box in acciaio non sfigura al braccio come fosse una borsetta (€ 33,20). **The Conran Shop**



pratico e resistente

Caldi o freddi i vostri piatti saranno sempre ben conservati nel portavivande termico in acciaio inox, ermetico al 100%, con due contenitori in materiale plastico che passano dal microonde al frigorifero, alla lavastoviglie (€ 48,90). **Emsa**

INTERVISTA



Renato Caimi

PRESIDENTE DELL'AZIENDA CAIMI BREVETTI, A LUI VA L'ONORE DI AVERE INVENTATO NEL 1952 LA FAMOSA SCHISCETTA CON CHIUSURA ERMETICA, ICONA DEL BOOM ECONOMICO.

COME ARRIVÒ ALL'IDEA DELLA SCHISCETTA?

MI TROVAVO IN TRAM E OSSERVAVO GLI OPERAI CON I LORO CONTENITORI PER IL PRANZO. A UN CERTO PUNTO CI FU UN SOBBALZO E UNO DI QUEI PENTOLINI, POSATI SULLA CAPPELLIERA, SI RIBALTÒ ADDOSSO A UN VIAGGIATORE. DA LÌ MI VENNE L'IDEA DI PROGETTARE UN CONTENITORE CHE POTESSE CHIUDERSI ERMETICAMENTE.

COM'ERA IL PRIMO ESEMPLARE?

ROTONDA E SCHIACCIATA, ALTA PIÙ O MENO 4,5 CM. ESTREMAMENTE PRATICA E MANEGGEVOLE, FACILMENTE RICHIUDIBILE, E FATTA CON UN MATERIALE - L'ALLUMINIO - LEGGERO E RESISTENTE, FACILE DA PULIRE. ALL'EPOCA LA PLASTICA NON ESISTEVA ANCORA. L'INTUIZIONE DI ALLORA È ATTUALE ANCORA OGGI. PERCHÉ?

LA SCHISCETTA, CHE OGGI È ESPOSTA AL TRIENNALE DESIGN MUSEUM DELLA VILLA REALE DI MONZA, SI È EVOLUTA, MA RIMANE UN OGGETTO COMODO, ECONOMICO, PRATICO CHE SERVE PROPRIO A TUTTI.



#5 MILLIMETRI DI RIVOLUZIONE

Il piatto al quale sono più legato è quello che devo ancora creare!

Perché? Perché è insostituibile l'emozione che si prova nel trasformare degli "ingredienti" in un nuovo piatto capace di *"provocare l'effetto #5 millimetri"* nei miei ospiti!

Chef Paolo Gramaglia 1 Stella Michelin ✳ Ristorante President Pompei.

L'idea di un nuovo piatto, nasce da un attimo, da una ispirazione istantanea, che, poi, si concretizza e si matura attraverso lo studio di quell'idea, del modo giusto per farla diventare emozione per il proprio ospite ed in questo "attimo" che ti folgora, i viaggi "around the world", il contatto con le nuove culture gastronomiche, diventano una fonte inesauribile di traino.

Infatti, l'introduzione alla mia nuova carta si chiama appunto: **#5 millimetri**

5 Sono i millimetri che misurano la percezione di piacere del gusto al ristorante President. In quel momento, quando, si assaggia il primo boccone di una pietanza, l'essenza dei sapori travolge, sconvolge le papille gustative e conquista l'ospite; ecco che la schiena si sposta dalla sedia e si inarca di soli 5 millimetri.

Solo allora il piatto ha conquistato il cervello e appagato l'anima.

Il desiderio del nostro nuovo menu è quello di farVi spostare la schiena di 5 millimetri ad ogni pietanza.



President
RESTAURANT
POMPEI

Ristorante President

Piazza Schettini, 12 - Pompei (NA)

Tel. 081 8507245 - Cel. 333 1468585

www.ristorantepresident.it - info@ristorantepresident.it

Ferrarelle
dedica questa pagina
ad un suo cliente speciale.

LISCIA, GASSATA O...
Ferrarelle

sale&pepe shopping



Yogurt Intero Mirtillo Nero di Mila

Cre moso, genuino e realizzato con il puro latte 100% dell'Alto Adige senza OGM: è lo yogurt intero al Mirtillo Nero di Mila Latte Montagna Alto Adige. Il latte utilizzato proviene dai contadini dell'Alto Adige ubicati in piccoli masi di alta montagna.



Alta Marea Ciù Ciù

Alta Marea è un vino spumante brut varietà Passerina dal bel colore paglierino chiaro brillante, con una spuma consistente, alimentata da un perlage fine e continuo. Al gusto prevale la freschezza su una base morbida. È da consumare come aperitivo e in abbinamento a delicati antipasti freddi di pesce.



Recla Speck Alto Adige IGP

I cubetti di Speck Alto Adige IGP di Recla si presentano nella pratica confezione in vaschetta da 100 grammi, comodi da utilizzare subito in cucina. Estremamente versatili, sono perfetti per arricchire tante ricette, sia previa che dopo cottura. Lo Speck Alto Adige IGP di Recla è autentico e garantito dal marchio "Indicazione di Origine Protetta".



Probios Senza Zucchero

La linea Probios Senza Zucchero è realizzata con un dolcificante del tutto naturale, l'eritritolo biologico al 100%. Si tratta di una sostanza naturale estratta dal mais con un processo di fermentazione simile a quello della maturazione della frutta. La nuova gamma è molto ampia: dai biscotti al thé alla Crema cacao e nocciole.



Frozen Yogurt Yogurteria Merano

Yogurteria Merano presenta i nuovi Frozen Yogurt, gli Stecchi ai gusti bianco naturale e frutti di bosco e il Cono con cialda croccante e punta ripiena di cioccolato al gusto ribes, mirtillo e melograno. Poche calorie, pochi grassi e zero lattosio, sono realizzati con ingredienti freschi e genuini: 75% di yogurt e latte fresco dell'Alto Adige senza OGM.



Mozzarelline Latte Fieno Brimi

Le Mozzarelline Latte Fieno di Brimi, dal gusto delicato e della consistenza morbida, sono perfette da gustare al naturale e come ingrediente in piatti freddi e caldi. Sono prodotte con il Latte Fieno di alta qualità proveniente dai masi di montagna dell'Alto Adige e garantito dal marchio europeo STG (Specialità Tradizionale Garantita).



Ichnusa Non Filtrata 20 CL

Ichnusa Non Filtrata 20 cl nasce da una tradizione di consumo sarda: è la "taglia giusta" per il classico bicchiere di birra e garantisce la corretta temperatura di servizio ideale ad ogni bevuta, sempre fresca. Non filtrata utilizza 100% puro malto d'orzo e malto d'orzo caramello, una miscela che le conferisce un gusto rotondo. Corposa, equilibrata e dal gusto amabile.



Pasta sfoglia di Koch

La pasta sfoglia surgelata già stesa e pronta all'uso di Koch, viene realizzata con ingredienti di prima qualità senza l'aggiunta di additivi e conservanti. Si presenta friabile e croccante ed è l'ingrediente indispensabile per la preparazione di molte pietanze dolci e salate.



Clicquot Tape

L'iconico ritorno agli anni '70 e '80 ha ispirato il nuovo universo Clicquot Tape, una collezione di sei cofanetti in metallo dal design rétro, che racchiudono l'iconica Cuvée Veuve Clicquot Yellow Label e rappresentano un divertente richiamo alle musicassette in voga in quegli anni.



Nuovo Müller Seta

Müller Italia presenta Müller Seta, un nuovo bianco dalla cremosità setosa che racchiude un sorprendente cuore di frutta in tre diverse varianti: il fresco lampone, la profumata pesca e l'inaspettato incontro di agrumi e mango.



Primosale Nonno Nanni

Dal sapore delicato e genuino, il Primosale Nonno Nanni è un formaggio dalla consistenza morbida e compatta, che porta in tavola tutto il gusto del latte fresco 100% italiano.

Grazie alle sue note dolci e alla sua versatilità, è perfetto per diventare il protagonista di tante sfiziose ricette.



Tagliofresco in Leggerezza

Citterio amplia la gamma dei Tagliofresco in Leggerezza con due nuove proposte dal gusto unico e pochi grassi: prosciutto cotto di alta qualità e prosciutto crudo. Come tutti i prodotti della linea sono privi di glutine, derivati dal latte, polifosfati aggiunti e addensanti.



Zespri™ SunGold™

Il SunGold™ di Zespri™ Kiwifruit è la variante 100% naturale dalla polpa giallo-dorata e dalla buccia liscia del più classico Kiwi verde Zespri™ Green. Si distingue per la sua dolcezza e con oltre venti tra vitamine e minerali e solo 79 kilocalorie per 100 grammi, è una fonte di benessere. Un frutto versatile che può essere utilizzato tal quale o come ingrediente in piatti dolci e salati.



Linea Kamut® Bio di Biscopan

I Tostarelli e le Gallette al KAMUT® Bio di Biscopan sono prodotti con il grano Khorasan (KAMUT®) biologico. Grazie ad una lievitazione naturale controllata che garantisce una tostatura dalla doratura perfetta, i Tostarelli e Gallette al KAMUT® Bio sono un ottimo sostitutivo del pane, friabili e croccanti. Corfezione in carta riciclabile in multipack.



Coppa Malù

Coppa Malù è presente e viene prodotta interamente in Italia da più di 30 anni. Le materie prime, cacao e zucchero di canna, provengono dalla filiera equo solidale Altromercato. E da adesso l'anima green si amplia, andando ad utilizzare, come Parmalat già fa per altri prodotti, un cartoncino realizzato con carta 100% riciclata e riciclabile.



Albicocca venostana

Frutto dalle origini antichissime, l'albicocca della Val Venosta è considerato una vera eccellenza grazie al suo sapore unico e al suo profumo. Alcune varietà esprimono il meglio nelle confetture e nella preparazione di ricette. Invece, le Albicocche di Montagna, dalla polpa succosa e dal gusto squisitamente saporito, sono ideali consumate fresche a colazione o come spuntino.



Topping Nonna Anita

I Topping Nonna Anita sono prodotti pensati per guarniture e decorazioni di dessert, gelati, yogurt, frutta e creme dense, disponibili in sei gustose varianti: Caramello, Frutti di Bosco, Cioccolato, Pistacchio, Fragola, Zabaione. Sono privi di grassi idrogenati, olio di palma e lattosio.



Biofrigo Virosac

Biofrigo è un prodotto di alta qualità, 100% biodegradabile e compostabile. Si tratta di pratici sacchetti per la conservazione degli alimenti, perfetti sia per il frigo che per il congelatore, resistenti e smaltibili nella frazione umida della raccolta differenziata.

nel numero di ottobre

sale & pepe

Stile Italia Edizioni

settembre 2020

DIRETTORE EDITORIALE
Maurizio Belpietro

DIRETTORE RESPONSABILE
Laura Maragliano - laura.maragliano@stileitaliaedizioni.it

REDAZIONE

Livia Fagetti CAPOREDATTORE - livia.fagetti@stileitaliaedizioni.it
Enza Dalessandri CAPOREDATTORE - enza.dalessandri@stileitaliaedizioni.it
Barbara Galli CAPOREDATTORE - barbara.galli@stileitaliaedizioni.it
Silvano Vavassori CAPOREDATTORE - silvano.vavassori@stileitaliaedizioni.it
Cristiana Cassé CAPOSERVIZIO - cristiana.casse@stileitaliaedizioni.it
Alessandro Gnocchi CAPOSERVIZIO - alessandro.gnocchi@stileitaliaedizioni.it
Barbara Roncarolo CAPOSERVIZIO WEB - barbara.roncarolo@stileitaliaedizioni.it
Monica Pilotto VICECAPOSERVIZIO - monica.pilotto@stileitaliaedizioni.it
Silvia Bombelli - silvia.bombelli@stileitaliaedizioni.it
Daniela Falsitta - daniela.falsitta@stileitaliaedizioni.it
Susanna Meregalli - susanna.meregalli@stileitaliaedizioni.it
Silvia Tatzoli - silvia.tatzoli@stileitaliaedizioni.it
Silvia Viganò - silvia.vigano@stileitaliaedizioni.it
Patrizia Zanette - patrizia.zanette@stileitaliaedizioni.it

SEGRETERIA DI REDAZIONE

Cinzia Campi RESPONSABILE - cinzia.campi@stileitaliaedizioni.it
Paolo Riosa RICERCA FOTOGRAFICA - paolo.riosa@stileitaliaedizioni.it

HANNO COLLABORATO A QUESTO NUMERO Stefania Aledi, Alkémia, Francesca Romana Barberini, Marina Cella, Laura Cereda, Claudia Compagni, Sara Farina, Gian Marco Folcolini, Stefania Giorgi, Riccardo Lagorio, L'homme/Sunray Photo, Martina Liverani, Maurizio Lodi, Paola Mancuso, Francesca Moscheni, Antonella Pavanella, Livia Sala, Francesca Salvemini, Sandro Sangiorgi, Roberta Schira, Felice Scoccimarro, Laura Spinelli, Luciana Squadrilli, Giovanna Ruvo Berchera, Michele Tabozzi, Andrea Truzzi

SOCIETÀ EDITRICE: Stile Italia Edizioni Srl
- Via Vittor Pisani, 28, 20124 - Milano (MI)
Amministratore Delegato: Piergiorgio Bonometti
Registrazione del Tribunale di Milano
- Numero 464 del 8/9/1986

PUBBLICITÀ: Mediamond S.p.A - Palazzo Cellini
- Milano Due - 20090 Segrate - Telefono 02/210252259
- Email contatti@mediamond.it

DISTRIBUZIONE: Press-Di srl - Via Mondadori, 1
- 20090 Segrate (MI) fax 045.8884378

STAMPA: Puntoweb srl - Via Variante di Cancelleria snc -
00040 Ariccia (Roma)

REDAZIONE: 20090 Segrate (Milano) - Telefono 02/75421
Per richiesta arretrati telefonare alla redazione.

Abbonamenti

Gentile abbonato, desideriamo informarti che dal giorno 1 gennaio 2020 Arnoldo Mondadori Editore S.p.A. ha ceduto il proprio ramo d'azienda relativo all'area periodici alla società Stile Italia Edizioni srl. Per effetto di tale cessione, Stile Italia Edizioni srl è subentrata nei rapporti contrattuali relativi al tuo abbonamento precedentemente instaurati tra te ed Arnoldo Mondadori Editore S.p.A. Di conseguenza, i dati personali raccolti da Arnoldo Mondadori Editore S.p.A. nell'ambito dell'instaurazione o in esecuzione del rapporto contrattuale di abbonamento, sono stati comunicati a Stile Italia Edizioni srl, che ne è divenuta titolare del trattamento ai sensi dell'articolo 4 n. 7 del Regolamento UE n. 679/2016 (General Data Protection Regulation - "GDPR"). Trattandosi di una cessione di ramo d'azienda i tuoi dati personali continueranno ad essere trattati secondo le politiche di gestione e trattamento di dati personali adottate in precedenza, in particolare, da Stile Italia Edizioni srl, che tratterà i tuoi dati personali per le stesse finalità e con le stesse modalità per le quali sono stati raccolti in fase di instaurazione del rapporto contrattuale con Arnoldo Mondadori Editore S.p.A., nel pieno rispetto dei principi in materia di protezione dei dati personali previsti dal GDPR e di qualsiasi altra normativa applicabile. Ti invitiamo a consultare l'informativa sul trattamento dei dati personali ai sensi dell'articolo 14 del GDPR che, conformemente all'articolo 14 paragrafo 5 lettera b) del GDPR, è resa disponibile al link www.stileitaliaedizioni.it/privacy-policy



Accertamento Diffusione
Stampa - Certificato
n. 8677 del 25 maggio 2020

indirizzi SETTEMBRE 2020

- ALESSI, alessi.com
- ARTE NEL POZZO, artelnepozzo.it
- BENTO & CO, bentoandco.com
- C&C MILANO, cec-milano.com
- CECERAMIC DI ELISA CASTELLETTA, ceceramic.it
- COINCASA, coincasa.it
- CUP & CO, cup-co.it
- DE BUYER, debuyer.com
- EMSA, emsa.com
- ENERGIEKER.IT, energieker.it
- FISKARS, fiskars.it
- FORME DI FARINA, sarafarina.com
- FRANCESCA REITANO CERAMICA, francescareitano.com
- FRATELLI GRAZIANO, graziano.it
- GIRMI, girmi.it
- GUZZINI, fratelliguzzini.com
- IKEA, ikea.com
- KNINDUSTRIE, knindustrie.it
- LA FABBRICA DEL LINO, lafabbricadelino.com
- LA FORNACINA KERAMIC STUDIO, lafornacinakeramicstudio.com
- LA TOPAIA LABORATORIO DI CERAMICA, latopaia.com
- LENE BJERRE, lenebjerre.com
- LUCA PEDONE PER CLAYLAB, claylab.it
- MEPPA, meppa.it
- MUJI, muji.eu
- ONCE MILANO, once.com
- PETRA SARDA, petrasarda.com
- PINTI INOX, pinti.it
- POMAX, pomax.com
- PORCELLANE DODICESANTANA, dodicesantana.com
- RIVADOSSI SANDRO, rivadossi.it
- ROSTI MEPAL, distr. da Schoenhuber, schoenhuber.com* SERAX, serax.com
- TESCOMA, tescomasonline.com
- THE CONRAN SHOP, conranshop.com

Irresistibile come poche, la **PASTA CON LE POLPETTE** si esibisce in tante varianti: di manzo, salsiccia, agnello, con la zucca, il sugo o i pomodorini... Così la tavola si colora di nuove ricette: ispirate all'abbinamento contadino tra **CACIO E PERE**, a un confronto tra **MERLUZZO E NASELLO**, a un'esplorazione nelle **RISAIE** del Vercellese o all'assaggio di nove bottiglie di **SOAVE**. E, per concludere, diverse versioni, golose e inedite, delle **TORTE DI MELA**.

in edicola dal 22 settembre

ATHOS MURATORI, SAN MAURO PASCOLI. SPECIALITÀ:

LATTUGA ICEBERG



**QUESTO L'HO
FATTO IO**

Il cespo pesante, ben chiuso, croccante.
Iceberg, "tipo ghiaccio": per questa insalata
abbiamo scelto la varietà Edmonton.

Agribologna 
la qualità in persona

Dal 1972

fior di loto

Sempre con te

UNA BONTÀ
BIO SENZA
CONFINI



La nuova **Crema spalmabile al cacao con latte di cocco bio** è in grado di far viaggiare le tue papille gustative assaporando golose note esotiche. Realizzata con il 17% di latte di cocco e il 15% di nocciole tostate, è adatta a tutti perché è vegana, senza lattosio e senza glutine.

Se ami il cocco, non perderti tutta la gamma di prodotti biologici di Fior di Loto dedicata a questo frutto dal sapore inconfondibile.



Seguici su    

www.fordiloto.it